http://www.maktbtna2211.com

30

إصدارات الدكتور عادل صادق
حصريا لدار الصحوة

مكتبتنا

AHMED MAADY

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسي

husbands, wives, and the psychiatric

http://www.maktbtna2211.com/vb

الدكتور
عادل صادق
أستاذ الطب النفسي

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسي

الدكتور عادل صادق في سطور

- ولد الدكتور عادل صادق في التاسع من أكتوبر عام ١٩٤٣ بمحافظة القاهرة، وكان والده يعمل ضابطاً بالجيش المصري.

- كان ترتيبه الأول وتبعه ستة من الأشقاء ، توفيت إحداهم في طفولتها تاركة ذكري أليمة في الأسرة.

- التحق بمدرسة المنيرة وأظهر التزاماً وحباً لدراسته ووداعة وعطاء تجاه قرنائه، مما أثار إعجاب وتقدير المحيطين به في هذه السن المبكرة.. ثم التحق بكلية الطب بناء علي رغبه والده - حيث كان يرغب في دراسة الأدب والفن والموسيقي - ولكنه بالرغم من ذلك أظهر تفوقاً واضحا، فقد كان يؤمن أن علي الإنسان أن يقوم بواجباته ومسئولياته علي أكمل وجه.
وأثناء الدراسة، أهلته شخصيته الكاريزمية والقيادية لأن يكون رئيساً لإتحاد الطلبة.

- تزوج عام ١٩٧٠ من زميلته في الدراسة بعد قصة حب طويلة، وأثمر هذا الزواج عن نجله الدكتور هشام ثم كريمته لينا.. وكان لأبنائه نعم القدوة والمثل الصالح، ولم يشغله نجاحه وعمله عن الاهتمام بأدق تفاصيل حياتهم وتوجيههم.

- سافر إلي إنجلترا عام ١٩٧٣ للدراسة، واستمر في تحقيق إنجازات علمية متواصلة حتى علم بمرض والده - الذي أقعده - فقرر العودة إلي مصر واعتبرها مشيئة الله في أن يبدأ مشواره في بلاده.

Design By Abdul Rahman Magdy

Riyadh
20 Dec
2009

الصحوة
ALSAHOH
دار الصحوة للنشر والتوزيع
48 شارع مجلس الأمة - القاهرة
تليفون وفاكس 594 43 279 202+
بريد إليكتروني
Daralsahoh@gmail.com

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

تم التحميل من
مكتبتى

أزواج وزوجات

أمام الطبيب النفسى

د. عادل صادق
أستاذ الطب النفسى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

كارثة: والسبب حرمان الأرملة من الزواج

سألتها: كما عدد أيام الأسبوع؟

قالت: ثمانية.

سألتها: كم عدد أصابع يدك؟

قالت: أربعة.

سألتها: كم الساعة الآن..؟

قالت: إننا نقترب من الفجر..!

وانفجر بركان الغضب حولها..

هذه الأرملة الشابة.. التى حضرت إلى العيادة النفسية مع أهلها عندما تدهورت حالتها بعد أن رفض الجميع الزواج منها للمرة الثانية!!

● اللقاء الأول:

مظاهرة.. الضحية وأربعة يحيطون بها.. ملامحهم متشابهة تنبئ برابطة دم من الدرجة الأولى يؤكدها جزعهم الواضح والمبالغ فيه ربما لإحساسهم بذنب غير مقصود أدى إلى وجودهم جميعًا حولها.. الأم تحتضنها، والأب ممسك بيده والأخت تساند ظهرها، والأخ لم يجد له مكانًا للمشاركة فآثر الابتعاد..

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

هى انفصلت عنهم بوعيها رغم ملاحقتهم لها . . شبه غائبة باردة النظرات . .

أجلسوها فجلست . . توجهت ثمانى عيون نحوى وانطلقت أربعة ألسنة فى وقت واحد . . لم أفهم شيئًا . .

أشار الأب عليهم بالسكوت وبدأ يتكلم . . بعد كلمة واحدة أو جزء من كلمة انطلق لسان الأم . . لم أفهم شيئًا . . رفعت يدى إشارة لهم جميعًا بالسكوت . . استدرت إلى المريضة . . تكلمى أنت . . إيه اللى بيتعبك؟ . .

* خرج منها صوت طفلة فى الخامسة رغم أن عمرها قد تجاوز الثلاثين تقريبًا . . بعض حروف كلماتها غير واضحة أو مستبدلة بحروف أخرى . . «الراء» تنطق «لامًا» و«الشين» تنطق «سينًا» . . تمامًا كطفل لا يجيد الكلام .

* لم تستطع الأم الالتزام بالصمت . . وضاعت كلماتها بفعل حشرجة بكائها . . فانهار الأب وعبر عن أسفه وتحسره بضرب أحد كفيه بالآخر وكأنه ينفض يديه من شىء علق بهما . .

* نظرت المريضة إليهما واكتسى وجهها الذاهل بابتسامة بلهاء وكأنها متخلفة عقلياً لا تدرك حزن والديها من أجلها . .

* ظهر الغضب على وجه شقيقها . . استثارته ابتسامتها إزاء انهيار والديه : دى بتمثل يا دكتور . . بتدعى أنها مجنونة أنا عارف هى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

بتعمل كده ليه . . غضبه ساعد على تماسكه . . فطلبت منه أن يحكى لكى أفهم . . وكانت القصة كالآتى :

المريضة أرملة فى الثالثة والثلاثين من عمرها . . مات زوجها فى حادث منذ ثلاث سنوات تاركًا ثلاثة أطفال أكبرهم الآن فى التاسعة وأصغرهم فى الرابعة ومعاشًا ضخمًا وشقة تمليك . .

* أبت أن تغادر شقتها إلى منزل الأسرة فأقامت فيها مع أطفالها . .

وتبادل أفراد أسرتها الإقامة معها . .

* انصرفت إلى تربية أطفالها بعد أن أقسمت فى يوم وفاة زوجها ألا تتزوج مدى الحياة، وأعطت وعدًا بذلك لأسرة زوجها . . كانت صادقة الوعد لهم، ولكن ذلك لم يمنعهم أن يلحوا بأخذ الأطفال والشقة قبلهم فى حالة حنثها . . أما أسرتها فكانت أكثر تأكيدًا وحرصًا على عدم زواجها حرصًا على الأطفال . .

* انصرف كل إلى حاله بعد أن اطمأنوا إلى وعدها . . ووحدها واجهت كل الأعباء . . واكتفى الجميع من حين لآخر بتوجيه كلمات الإعجاب والتقدير لتحملها مسئوليتها دون مشاركة فعلية من أحد . . مسئولة عن إطعامهم وتربيتهم وتعليمهم وصحتهم . . ومسئولة أيضًا عن كبت مشاعرها بالوحدة . .

ومن وقت لآخر كانت تسمع توجيهات مهذبة من الأسرتين، بأن عليها أن تكون حذرة فى كل تصرفاتها وتحركاتها حتى لا تتعرض للقيل والقال . . وكان ذلك أكثر من قدرتها على الاحتمال . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

* قضت ثلاث سنوات وكأنها ثلاثون عامًا . . شعرت بذبول الجسد وذبول الروح بين الجدران الصماء الباردة ، فقررت أن تعمل دون أن تكون فى حاجة لمال . . عارضها الجميع بقسوة . . فاستسلمت . . ولكن بدأت تتدهور صحيّاً . . لازمها الصداع . . وآلام المعدة . . وتنميل الأطراف . . واضطراب الدورة . . وأقسى المتاعب كان الأرق . .

فسمحوا لها بالعمل بشرط الانضباط الشديد فى المواعيد . . وقرر أبوها أن ينتقل للإقامة معها بصفة دائمة بعد إحالته للمعاش ، والهدف الخفى كان ملاحظة تحركاتها ومواعيدها . . أفزعهم خروجها للعمل . . اشتموا من ذلك رائحة تمرد . .

* تحسنت حالتها الصحية ، وظلت على التزامها وضاعفت من اهتمامها بأطفالها تعويضًا عن الساعات التى اقتنصها العمل . . شىء واحد لم يفارقها . . الأرق والإحساس بالبرودة والتى ترددت بسببها على العديد من الأطباء دون فائدة . . وفجأة أعلنت الجميع بقرار كان صاعقة عليهم : زميل لى يريد أن يرتبط بى ولقد وافقت . .

أسرة الزوج كانت أكثر لباقة . وكأنها كانت تتوقع ذلك ، فبدأت بحوار هادئ حول ضم الأطفال وأخذ الشقة . . أما أسرتها فانفجرت كبركان . . انطلقت من البركان كلمات صفعتها بعنف يتساوى مع عنف صفعة أبيها لأول مرة : كارثة - فضيحة - مصيبة -

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الأولاد والشقة . . ثم يهدأون بعض الوقت لتنطلق حمم ملتهبة من نظراتهم الصامتة . . كلها تحمل تساؤلاً واحدًا : لماذا الزواج . . !! وكجندى تخلف عن الانسحاب فحاصرته طائرات العدو فقرر بدون وعى أن يغيب عن الوعى استعدادًا لموت لا يريد أن يشعر به . . غابت هى عن وعيها ثلاثة أيام متوالية . . أفاقت وهى على هذه الحالة : تخطئ فى أسمائنا . . تدعى أن لها أربعة أطفال . . تقر أن عمرها عشرون وأحيانًا خمسون . . الأسبوع ثمانية أيام . . وبكل يد ستة أصابع . . هل هى تدعى أم فقدت عقلها . . ؟ لا ندرى !! تبدو وكأنها منومة . . تتحدث كالأطفال وأحيانًا تحبو مثلهم . . وللأسف فإنها أحيانًا أيضًا تتبول كرضيع . . أرجو فحصها لنعرف حقيقة أمرها . .

• اللقاء الثانى:

* لا أصدق يا طبيب أننى كنت فى هذه الحالة !!

- لقد كنت مشوشة الوعى ، ولهذا صدرت عنك هذه التصرفات الغريبة . .

* إننى لا أتذكر شيئًا عن هذه التصرفات . .

- وهذا يؤكد الخلل الذى أصاب وعيك . .

كنت محتاجة إلى أن تتكلمى . . أن تعبرى عن نفسك . . أن تخرجى مشاعرك على لسانك لتسمعها أذناك وأسمعها منك : هذا وحده كاف لأن يهدأ الإنسان ويعود إليه وعيه الكامل . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الأولاد والشقة . . ثم يهدأون بعض الوقت لتنطلق حمم ملتهبة من نظراتهم الصامتة . . كلها تحمل تساؤلاً واحداً: لماذا الزواج . . !! وكجندى تخلف عن الانسحاب فحاصرته طائرات العدو فقرر بدون وعى أن يغيب عن الوعى استعداداً لموت لا يريد أن يشعر به . . غابت هى عن وعيها ثلاثة أيام متوالية . . أفاقت وهى على هذه الحالة: تخطئ فى أسمائنا . . تدعى أن لها أربعة أطفال . . تقر أن عمرها عشرون وأحيانًا خمسون . . الأسبوع ثمانية أيام . . وبكل يد ستة أصابع . . هل هى تدعى أم فقدت عقلها . . ؟ لا ندرى !! تبدو وكأنها منومة . . تتحدث كالأطفال وأحيانًا تحبو مثلهم . . وللأسف فإنها أحيانًا أيضًا تتبول كرضيع . . أرجو فحصها لنعرف حقيقة أمرها . .

● **اللقاء الثانى:**

* لا أصدق يا طبيب أننى كنت فى هذه الحالة!!

- لقد كنت مشوشة الوعى، ولهذا صدرت عنك هذه التصرفات الغريبة . .

* إننى لا أتذكر شيئًا عن هذه التصرفات . .

- وهذا يؤكد الخلل الذى أصاب وعيك . .

كنت محتاجة إلى أن تتكلمى . . أن تعبرى عن نفسك . . أن تخرجى مشاعرك على لسانك لتسمعها أذناك وأسمعها منك: هذا وحده كاف لأن يهدأ الإنسان ويعود إليه وعيه الكامل . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولهذا يحدث انفصال . . انفصال العقل عن الواقع . والنكوص إلى مرحلة الطفولة حيث لا مسئوليات ولا صراعات . . حيث لا مستحيل وأن كل شىء ممكن . . حيث النجاة مؤكدة . . وهى حالة تشبه المرض العقلى . . فالمريض العقلى منفصل عن الواقع . . وأبرز أعراض تلك الحالة هى الإجابات التقريبية . . لقد أعطيتك بعض المسائل الحسابية فكانت إجاباتك على النحو التالى : ٢+٤= ٧ ، ٣+٤=٨ ، ٥+٥=١٠ ، ٦-٣=٣ ، ٥-٢=٢ . .

سألت عن عدد أيام الأسبوع فكانت إجابتك أنها ثمانية أيام . . سألت عن عدد أصابع يدك اليمنى فكانت إجابتك أنها أربعة . . وهكذا . . هذا يعنى أنك فهمت المقصود من السؤال ولكنك أجبت إجابة خاطئة تمامًا كما يحدث مع الطفل .

- سألتك عن الوقت فقلت : إننا فى الفجر رغم أننا كنا فى منتصف النهار . .

* مثل هذه الإجابات عن هذه الأسئلة البسيطة حين تصدر من إنسان متعلم تبدو وكأنه يسخر أو أنه يحاول أن يدعى أنه مصاب باضطراب فى عقله . . ولذلك كان الشك فيمن يصابون بهذه الحالة : هل هم مرضى حقيقيون أم أنهم يدعون المرض لكى يحققوا مكسبًا من هذا الادعاء . .

والذى يزيد من الشك أن هذا المريض قد يجيب عن سؤال بأنه لا يعرف . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

* أرجوك أن تصدقنى أننى لم أكن أدعى أى شىء . . فأنا لا أتذكر شيئًا عن هذه الفترة . . وإذا كانت الإجابات الساذجة الخاطئة قد صدرت منى فعلاً فإننى لا أستطيع أن أقدم لك تفسيرًا لماذا كنت أجيب بهذه الطريقة . .

- أنا لا أقصد أن الطب يشك فيك . . ولكن الشك يأتى من المحيطين بالمريض . . فأنا أصدقك تمامًا . . فهذه الحالة ليست ادعاء كاذبًا، كما أنها لا تتم على مستوى العقل الواعى . . الحالة مصدرها العقل الباطن أو اللاشعور . .

- الذى يؤكد ذلك العرض الثانى للحالة، وهو تشوش الوعى . . فالمريض يبدو كالمذهول أو المأخوذ . . لا يستطيع أن يركز نظره على شىء محدد، متجمد الوجه أو قد يظهر قلق مبهم على ملامحه . . غير مدرك للزمان أو المكان ويجد صعوبة فى الانتباه إلى أى شىء حوله مع اضطراب واضح فى ذاكرته للأحداث البعيدة والأحداث الغريبة .

وقد تضطرب حركته فلا يستطيع المشى . وقد يتخشب مكانه . كما يفقد الإحساس فلا يشعر بوخز الإبرة أو بلسع النار . .

* لا أستطيع أن أتصور أننى كنت أمر بهذه الحالة أريد أن أعرف الآن لماذا أصبت بها . . ولماذا تصيب أى إنسان . .

-كما أن لنا طاقة جسدية تستطيع أن تحمل إلى حد معين . بعدها تخور قوانا ونقع . . فإن لنا طاقة نفسية لا تستطيع أن تتحمل إلا قدرًا معينًا .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

والجسد معاناته واضحة، أى ظاهرة للعين المجردة.. عين الطبيب وغير الطبيب.. وكلنا تعودنا أن نعبر عن آلام جسدنا.. أن نقول «آه» فيسمعنا الآخرون ويشعرون بنا، ويتعاطفون معنا ويهبون لمساعدتنا.. فلا عيب ولا حرج..

ونتهم إنسانًا بالظلم وغلظة القلب إذا ضغط على إنسان آخر وأرهقه جسديًا أو إذا لم يستمع إلى أنين جسده..

كل هذه الحقوق التى منحناها للجسد أنكرناها على النفس.. أولاً لأنها شىء غير مرئى.. أى أننا لا ندركها بأعيننا.. وإنما نحتاج لأن ندركها بمشاعرنا.. إذا أردنا أن نسمع إلى أنين النفس البشرية فإننا نلجأ إلى آذاننا الداخلية.. آذان معلقة فى الوجدان.. وذلك يتطلب أن تكون لنا القدرة على أن نضع أنفسنا فى مكان هذا الإنسان حتى نتخيل كيف يشعر، ثم نشعر كما يشعر.. أى أن نتألم كما يتألم هو.. وذلك ما لا يستطيعه أى إنسان.. لأن كل إنسان له شخصية خاصة لا نستطيع أن نتصور قدر احتماله.. قدر معاناته.. حجم الأنين الصادر عن نفسه..

ولهذا فالإنسان غير مدرب وغير مؤهل لأن يستمع إلى أنين نفس إنسان آخر..

ولأننا أحيانًا نكون مسئولين عن معاناة هذا الإنسان. فإننا نرفض أن نشعر به.. نرفض أن نتحمل مسئولية الإحساس بآلامه.. ولأننا أحيانًا نكون أنانيين ولا نبحث إلا على مصلحتنا

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وما يرضينا -وذلك قد يكون على حساب إنسان آخر فإننا لذلك نرفض آلام هذا الإنسان وقد نتمادى فى الضغط النفسى عليه . . فتزداد آلامه إلى حد ما لا يتحمله .

وهنا لا يكون أمامه إلا أحد ثلاثة سبل : إما أن يتخلص من حياته ، وإما أن يصاب بالجنون فيستريح لانفصاله الإجبارى عن واقعه المؤلم . . وإما أن ينفصل بجزء من وعيه فيظل مرتبطًا بواقعنا بخيوط غير مرئية ولكنه يبدو وكأنه منفصل تمامًا .

العقل الباطن هو الذى يقوم بعملية الانفصال هذه . . إنه دفاع عن النفس وحماية لها من الجنون أو الانتحار . . إنها إجازة من الواقع المؤلم . . راحة إجبارية يفرضها العقل الباطن . . فالأمر لم يعد محتملاً . . وحل المشكلة مستحيل . . والفرار منها غير ممكن . .

إذن لا حل . . «ولا حل» هذه معناها اليأس . . والأسى . . والألم . . معناها أن الحياة نفسها لم تعد تحتمل . . والناس لا ترحم . . لا أحد يريد أن يشعر بفداحة مشكلتى وصعوبة موقفى . . لا أحد يريد أن يرفع عن كاهلى بعض الضغوط . . بل يضطرون أكثر وأكثر . .

لا حب ولا تعاطف . . لا تقدير ولا مشاركة . . على أن أتحمل كل شىء وحدى ولا أشكو . . ولكنى لا أستطيع تحمل المزيد . . فالموقف لا يحتمل ولا أحد يدرك أو يريد أن يشعر بذلك . فلا هرب . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فليذهب وعيي. وبذلك لا أرى المشكلة ولا أعيشها . . فلأكن إنسانًا آخر . . إنسانًا ليس له علاقة بهذه المشكلة . . وليس له علاقة بهؤلاء الناس الذين لا يشعرون ولا يقدرون . . لعلهم ينتهون . . فإذا مدوا يد المساعدة فلا عودة إليهم مرة ثانية فأنا لم أنفصل بكل وعيي بل ببعض وعيي. أنا ما زلت مبقية على بعض الروابط .

إذا سألوني سؤالاً سأجيب الإجابة الخطأ . . فهمي للسؤال يعني أنني أعيش واقعهم . . إجابتي الخطأ تعني أنني منفصلة عنهم . . سيظل وعيي غائبًا حتى تمتد يد إليّ . . حتى يسمع أحد صرخاتي . . إنها كصرخات الغريق الذي لابد أن تمتد إليه يد وإلا غرق . . وأنا أريد أن أغرق . . أنا أريد أن أعيش . . ولكن ساعدوني . . وبداية المساعدة تكون بأن تتفهموا ظروفي . . تتفهموا احتياجاتي . . تتفهموا قدراتي . . وهذا معناه الحب . . وبذلك أستطيع أن أواجه مشكلتي . . أستطيع أن أحلها . . أستطيع أن أتخذ قرارًا دون خوف ودون صراعات تتجاذبني وتمزقني .

لا تطلبوا مني أن أثبت شجاعتي بأن أقفز من الدور العشرين . . لا تطلبوا مني أن أثبت قدراتي على الصبر بأن وعيي احتمل النار على جسدي . . لا تطلبوا مني أن أؤكد سمو روحي بأن أمتنع عن الطعام والشراب حتى الموت .

لا تطلبوا ممن حكم بشنقه أن يظهر كبرياؤه ولا يصرخ مستنقذًا . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

** وهل من الممكن أن يصاب أى إنسان بهذه الحالة؟

- هذا يتوقف على عاملين: أولهما شخصية الإنسان أى قدرته على التحمل والمواجهة.. وثانيهما حجم ونوعية الضغوط التى يتعرض لها هذا الإنسان.. وهذه الحالة بالذات هى نموذج لمجموعة من الحالات الأخرى التى قد يتعرض لها الإنسان إذا واجهته ضغوط أو مشاكل لا يقوى على مواجهتها أو حلها أو تحملها..

وقد يعبر الإنسان عن معاناته النفسة بأن يصاب بالصداع أو القىء أو بالآلام فى كل جسده أو بأن يفقد الإحساس أو بأن يفقد وعيه.. أو بأن يقرر -لا شعورياً- بأن يغادر المكان والناس، ويهرب بعيداً تاركاً أيضاً ذاكرته. المحور الأساسى فى كل هذه الحالات هو الهروب.. وذلك كما قلت يتوقف على نوعية الشخص غير القادر على التحمل أو المواجهة..

ولكن هناك ضغوطاً تفوق احتمال أى إنسان.. ضغوطاً يكون مصدرها غالباً إنسان آخر.. إنسان قد يكون من أقرب الناس.. إنسان طاغية غلظ قلبه لا يهتز له وجدان وهو يضغط على عنق إنسان آخر.. إنسان استبد به الغرور وغرته قوته فتكبر.. إنسان أنانى يسعى لتحقيق رغباته على حسابك تجد نفسك مضطراً للحياة مع هذا الإنسان أو العمل للتعامل المستمر معه.. فإن حياتك تكتسب طعماً مراً لا تستطيع أن تتخلص منه ويلازمك فى كل وقت.. يضيق صدرك حين تراه أمامك.. وتكره نفسك حين

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

تضطر للحياة أو التعامل معه . . وتحاول أن تتماسك وأن تبتلع المرارة بل وتقهر نفسك على أن تعتاد هذا المذاق .

ولكن مع مرور الوقت ومع ازدياد الضغط تفقد قدرتك على الاحتمال، وخاصة حين لا تستطيع مواجهته أو معاملته بالمثل كما لا تستطيع الهرب منه .

هنا تبدأ الأعراض في الظهور . . تبدأ بالأعراض الجسدية : الصداع والقيء والآلام والاحتياج للمهدئات من أجل النوم . . وفى الأزمات الحادة يحدث الانفصال عن الواقع فى (صورة جانسر) أو شرود أو حالة من النسيان أو غيبوبة .

* مشكلة الإنسان أحيانًا تكمن فى أن يعجز عن اتخاذ القرار . . إما لأن القرار ليس بيده . . أو لأن ظروفًا معقدة تمنعه من اتخاذ القرار . . أو لأن بداخله خوفًا وضعفًا يعجزه عن اتخاذ القرارات المهمة والمصيرية فى حياته . . قرارات مثل الطلاق والزواج والهجرة وتغيير العمل . . إلخ . . وبالرغم من أن اتخاذ القرار يحل المشكلة إلا أنه يتردد فى اتخاذه . . يظل فى حالة تردد دائمة . . يظل فى حالة تأرجح دائم يأخذ القرار مع نفسه ثم يعدل عن قراره . . وذلك هو الصراع الذى يزيد من قلقه ويضعف من مقاومته ويجعله عرضة للنكسات النفسية فى أى من الصور التى سبق وصفها .

والنصيحة هنا لا تجدى، فهو يعرف القرار السليم ولكن المشكلة تكمن فى عجزه عن اتخاذ هذا القرار . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولا نستطيع أن نزيد معاناته بأن نوجه له اللوم على ضعفه فربما لو كنا فى نفس موقفه وظروفه لعجزنا مثله عن اتخاذ القرار الذى نراه سليمًا . فالله وحده أعلم بخبايا نفس كل إنسان والتى قد يجهلها هو ذاته وذلك هو الأرجح .

❀❀❀

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

مجهول ينافسنى في حب زوجتى!

هناك رجل آخر بينى وبين زوجى!

إننى لا أعرف هذا الرجل . .

ولكن . . زوجى يؤكد أنه موجود . . ليس فى بيتنا . . ولكن فى قلبى!

ما أتعسنى . .

إن الغيرة تنهش قلب زوجى دائمًا . .

وأنا البريئة المعذبة . . التى تعيش فى نيران الشك والغيرة!

أحيانًا يبحث الإنسان عن حل لمشكلته وهو يعلم عن يقين ألا حل لها . .

لذلك فإنها حين بدأت تتكلم كان صوتها يجسد معنى كلمة اليأس . . ويأس إنسان يمكن أن تتعرف عليه من نبرات الصوت، مثلما يمكن التعرف عليه من ملامح الوجه وخاصة العينين حين ينطفئ بريقهما . . كما فى حالة الموت . . فنبض الحياة يضفى على العينين بريقًا خاصًا . . حين ينطفئ البريق فهذا يعنى اليأس . . إذن اليأس شكل من أشكال الموت . . موت الأمل . .

قالت :

ما أفظع أن يشك إنسان فى إخلاصك . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فى البداية لم أكن أفهم معنى نظراته وتصرفاته الغريبة . .

نظراته أحيانًا كانت تخيفنى رغم عدم فهمى لمغزاها . . كل ما كنت أشعر به أنها نظرات تجردت تمامًا من الحب . . نظرات جامدة كأنها تفحص أو تبحث عن شىء بإمعان . . تبحث عن شىء خفى . . كان يركز نظراته فى عينى وكأنه يريد أن يخترقهما ليقرأ ما يدور فى رأسى .

كانت النظرات الجامدة الفاحصة تتبعنى فى كل حركاتى . . كنت أشعر بها تخترقنى حين كنت أعطى ظهرى له . .

وسرعان ما تتحول إلى نظرات ودودة . . مفرطة فى الود، وكأنها تحمل اعتذارًا على ما بدأ منها . .

أفزعنى أكثر سلوكه الغريب . . يعد العدة لسفر عمل يستغرق أيامًا ثم يفاجئنى بالحضور على غير موعد . . يخرج لعمله ثم يعود بعد ساعتين رغم حساسية مسئوليته متحججًا أنه مريض . . أفاجأ به على مقربة من مكان عملى . . وفى البداية علل ذلك بالمصادفة ثم بوجود ارتباطات قريبة من هذا المكان، وبعد ذلك عجز عن التعليل الذى لم أكن أطلبه منه . . وإنما كان يتطوع بتقديمه وكأنه كان يشعر بحرج . . ولو كنت سيئة الظن -فى هذا الوقت- لاعتقدت أنه يراقبنى . .

إذا رن جرس التليفون بالمنزل كان يقفز إليه دون مبرر من مسافة بعيدة ليرد هو . . وإذا تعذر عليه ذلك كنت أجده فوق رأسى وأنا أرد . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

تطور الأمر بعد ذلك إلى تعليقات ضايقتنى تتعلق بملابسى وزينتى وخاصة فى حالة خروجى منفردة . . ولكنه يعتذر فى كل مرة رغم سوء وسخافة تعليقاته . . وكانت كلها تدور حول المحظوظ الذى أتزين له وأستعد لمقابلته . . وحين عودتى كان يتأملنى بنظراته الجامدة الغريبة، وكان يفزعنى اقترابه منى بطريقة غير مألوفة لم أفهم وقتها أنه كان يحاول أن يشم منى شيئًا معينًا . .

انفجر الموقف وتكشف لى الأمر تمامًا حين عدت يومًا متأخرة قليلاً عن المعتاد لظروف عملى . . وجدته واقفًا خلف الباب . . انخلع قلبى هذه المرة لنظرات عينيه التى كانت تعكس عدوانًا لم أخطئه . .

نزلت الصاعقة فوق رأسى حين قال بصوت شرس :

مع من كنت . . ؟ . . لم أستطع الإجابة . . كان كل ما بداخلى يهتز . . لوى ذراعى وقرب وجهه من وجهى : شعرك مهوش ومكياجك مختلف عن الحالة التى خرجت بها . . وأيضًا ملابسك . . اعترفى . . مع من كنت؟ من هو؟ . . من هو . . ؟

بقوة لم أعهدها فى نفسى خلصت ذراعى منه وانطلقت إلى حجرتى مغلقة بابها خلفى بالمفتاح . . لم أكن خائفة بقدر ما كنت مندهشة عاجزة عن التفكير تمامًا . . اندفع خلفى وكاد يكسر الباب . . فتحت له ووقفت أمامه بهدوء لم أتعمده . . كنت كالميتة . . فجأة تغيرت حالته تمامًا . . هدأ كما تهدأ عاصفة على غير

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

توقع وظل على مدى ساعة يعتذر وأنا مستمرة فى حالة صمت غير متعمد . .

كنت عاجزة عن أن أنطق بحرف . . حتى دموعى لم أفهم سر انهمارها . . فبكل تأكيد لم أكن أشعر بأى حزن فى هذا الوقت . .

تحسنت الأحوال بعد أيام وعاد شبه طبيعى . . وبدأت أنا شخصيّاً أنسى . . حتى جاء يوم أسود . . جاء من الخارج واندفع إلى حجرة النوم . . هرعت خلفه فوجدته واقفًا على رأس السرير . . طلب منى أن أفسر سر التغيير الذى حدث فى ترتيبه الذى كان عليه وقت خروجه . . مال على الفراش وأخذ يشمه بطريقة غريبة . . دفعنى لأشم معه متسائلاً عن هذه الرائحة الغريبة التى تنبعث منه . . إنها رائحة رجل غريب . . اعترفى يا . . .

تركت المنزل إلى بيت أسرتى مصممة على عدم العودة . . طلبت الطلاق . . توسل واعتذر . . أظهر توبة نهائية . . أقسم بكل شىء على عدم العودة إلى هذا السلوك . . صفحت وعدت . .

تسألنى لماذا رجعت . . رجعت لأنى كنت أحبه . . والحب يسمح لك بقدرة أكثر على المغفرة وأن تنسى الإساءة . . وتصورت أننى ربما أكون المسئولة عن سلوكه . . قطعت صلاتى بمعظم الناس . . لم أكن أخرج إلا للضرورة القصوى . . امتنعت عن استعمال المساحيق لوجهى . . وهدأت حياتنا تمامًا . . واعتقدت أننى نجحت فى علاجه وفى المحافظة على حياتنا معًا . . حتى جاء يوم أكثر سوادًا من أى يوم مر فى حياتى . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فاجأنى أيضًا على غير توقع . . طلب منى أن أنزل معه فورًا .

- إلى أين . . ؟

* إلى حيث أثبت خيانتك يا . .

- عدت إلى الهذيان مرة أخرى . .

* المعمل سيثبت كل شىء .

أى معمل ؟

* أعرف أنه كان معك الآن قبل حضورى . . الخيانة الكاملة وقعت الآن . . هذه هى فرصتى الوحيدة لأخذ عينة من داخلك تثبت معاشرته لك .

اندفعت بغير وعى إلى الشارع وهو خلفى . . انهال علىَّ ضربًا . . خلصونى منه . . ذهبت إلى بيت أهلى . .

الحياة معه أصبحت مستحيلة ليست فقط لصعوبتها وخطورتها ولكن أكثر لأن قلبى قد مات . . المضحك أنه عاد يبكى من جديد طالبًا الصفح . .

* تسألنى يا طبيب ماذا أنتظره منك . . ؟

- أريد منك أن تشفى جروح نفسى . .

- أريدك أن تساعدنى على الخلاص منه . .

- أريدك أن تساعده . . أبدى استعدادًا للمجىء إليك . . فهل هو مريض ! !

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

- بداية أجيبك يا سيدتى عن سؤالك الثالث . . وبعدها نحاول معًا أن نجد الطريق لمساعدتك ومساعدته . .

- هل هو مريض . . ؟

- نعم . . هو بلا شك مريض . . إنها الغيرة المرضية والشعور بالغيرة حالة وجدانية . . أى إنها مرتبطة بعواطف الإنسان . . وهى لغة عالمية . . فى الكبار والأطفال . . النساء والرجال . . وأيضًا الحيوانات، ويصعب علىّ أن أضع لك تعريفًا للغيرة . . ولكننى أستطيع أن أصفها لك . . لقد حاول ذلك الفلاسفة والشعراء والأدباء والفنانون وأيضًا الأطباء . . كلهم وصفوها بدقة أكثر مما عرفوها . هى أقرب ما تكون إلى الخوف . . الخوف المرتبط بالرغبة فى الحفاظ على شىء يمتلكه الإنسان . . الخوف من الفقدان . . كالإحساس بالأسى حينما يفقد الإنسان شيئًا عزيزًا عليه .

* الإنسان هنا يشعر أنه مهدد بأن يفقد هذا الشىء الذى يمتلكه . . هناك إنسان آخر يريد أن يستحوذ على ما يمتلكه . . فالتهديد قادم من إنسان آخر . . هذا الإنسان الآخر متميز عنه وإلا لما نجح فى أن يستميل زوجته . . وأيضًا التهديد قادم من الزوجة . . فهى قد اختارت أن تتركه . . واختارت الشخص الآخر . . هو يحبها ولكنه يكرهها أيضًا . . يكرهها لأنها أكدت إحساسه بالعجز أو على الأقل بأنه أقل من الإنسان الذى اختارته . . إذن فهناك خليط من الحب والكراهية . . والكراهية تولد الغضب . . إذن شعور الغيرة هو خليط من العواطف . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

والإنسان الذى لا تنتابه مشاعر الغيرة هو إنسان متبلد وجدانياً . . هذا الإنسان تكون علاقته بالناس وبالأشياء ميتة . . فهو لا يسعى من أجل أن يمتلك شيئًا . . وإذا امتلك شيئًا لا يحافظ عليه، فهو لا يستشعر الخوف من احتمال فقدان هذا الشىء . . وإذا فقده فإنه لا يشعر بالأسى . . الإنسان المتبلد وجدانياً ليس له طموح ولا يسعى من أجل التفوق . . والسعى من أجل التفوق هو محاولة امتلاك ما لا يستطيع أن يمتلكه الآخرون . .

إنها المنافسة من أجل الحصول على هذا الشىء . . كالطالب الذى يسعى من أجل أن يكون الأول . . أو كالفرقة الرياضية التى تسعى من أجل الحصول على الكأس، أو الذى يدخل فى مسابقة من أجل الحصول على وظيفة أو جائزة . . الإنسان فى كل هذه المحاولات يحاول أن يتغلب وأن ينتصر على ضعفه الموروث . . التغلب على إحساسه بالعجز . . وإذا امتلك الإنسان الشىء الذى يسعى إليه فإنه يحافظ عليه لكى يستمر فى حالة معنوية مرتفعة وليؤكد أحقيته بهذا الشىء . . إنه الطموح من أجل التفوق النابع من إحساس الإنسان بالضعف والعجز . .

والحب هو انتصار الإنسان على الخوف . . أى هو الطمأنينة . . والزواج تأكيد لذلك . . ولذلك فإن كل طرف يشعر أنه امتلك الطرف الآخر . . ملكية مطلقة لا يشاركه فيه أحد . . ولأنها اختارته فهو الأكفأ والأحسن . . ولأنه اختارها فهى الأفضل والأجمل . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولذا فكل طرف يشعر بأهليته وأحقيته فى هذا الامتلاك . . وعليه بعد ذلك أن يحافظ على ما امتلك . .

الحب تملك . . والزواج توثيق لهذا التملك . . أو هو وسيلة للتأكيد . . وأيضًا وسيلة لتحذير الآخرين بألا يقتربوا . . تثور الزوجة إذا اكتشفت أن زوجها قد خلع «الدبلة» من إصبعه . . أول ما يتبادر إلى ذهنها أن ذلك يمثل دعوة لواحدة أخرى بأن تقترب موهمًا إياها أنه غير متزوج . . الدبلة رمز لامتلاكها له . . أى صاحبة الحق الوحيد فى امتلاك هذا الرجل . . أعرف سيدة تدهورت حالتها إلى حد الغيرة المرضية وكانت البداية هى خلع زوجها للدبلة متحججًا أنها تسبب له حساسية فى إصبعه . .

إذن فهناك غيرة طبيعية لدى كل إنسان . . وكما أوضحت فهى موجودة عند الطفل أيضًا . . فالطفل دائمًا يريد أن يأخذ ما يمتلكه طفل آخر . . كما أنه لا يتنازل إطلاقًا عن أى شىء يمتلكه . . وأيضًا فإنه يباهى بما يمتلكه . . ويريد أن يؤكد دائمًا أن ما يمتلكه هو الأفضل والأحسن . . والطفل يغير من أبيه إذا اقترب من أمه . . فهو يعتبر أمه ملكية خاصة له ، ويستنكر مشاركة الأب له فيها . .

بعض الناس تكون هذه الغيرة الطبيعية متطرفة وزائدة عندهم وذلك يحدث فى بعض الشخصيات التى تتسم بشكل عام بالحساسية الزائدة والشك والمشاعر الاضطهادية التى تظهر مواجهة أى ضغط ، أو عند الإحساس بالإحباط . . والحساسية الزائدة قد

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

يكون مصدرها بؤرة مدفونة أساسها الإحساس بالعجز أو بالحقارة أو بالدونية . . فكلما زاد إحساس الإنسان بالعجز أخذت الغيرة عنده أبعادًا متطرفة تصل إلى حد الإساءة لمشاعر الطرف الآخر . . والتفاوت الشديد بين الطرفين يدعم ويغذى أحاسيس العجز . . أقصد التفاوت الاجتماعى أو الاقتصادى أو التعليمى . . وخاصة إذا كان الرجل فى الوضع الأدنى . .

ولكن هذا النوع من الغيرة لا يدخل فى نطاق المرض . . فهذه الغيرة لها أسبابها المفهومة، كما أنها لا تنطوى على اتهام فعلى بالخيانة . . إنما فقط تتعرض الزوجة للمضايقات وتضييق الخناق . . كمنعها من الزوج . . أو من التحدث مع الآخرين . . ومحاسبتها إذا تبسطت أو ابتسمت وهكذا . .

ورغم أنها ليست غيرة مرضية إلا أنها تسبب مشاكل فى الحياة الزوجية، ومعاناة لكلا الطرفين . . وقد تنتهى الحياة الزوجية بالفشل . . أو على الأقل بسبب فقدان الحب والمودة بينهما . . وهو فشل أفظع ولكنه مقنع . . فالطلاق الروحى أسوأ وأكثر إيلامًا من الطلاق الرسمى . .

أما زوجك يا سيدتى فهو يعانى من الغيرة المرضية . . والأساس فى الغيرة المرضية هو الاتهام بالخيانة الكاملة أو باحتمال أو انتظار وقوعها . . الشىء المؤكد لديه أن هناك طرفًا ثالثًا . . فالمثلث هنا كامل الزوايا : الزوج والزوجة والعشيق . . الاعتقاد الراسخ هذا

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

يدخل فى نطاق اضطرابات التفكير المرضية كالهذاءات أو الضلالات . . ومعناها أن فكرة خاطئة تسيطر على ذهن المريض مقتنعًا بصحتها . . ولا يمكن إقناعه بعدم صحتها . . والمريض هنا يحاول العثور على أدلة ليؤكد ويدلل على صحة اقتناعه .

إذن محاولة الحصول على دليل ليست من أجل أن يقتنع هو ذاته . . لقد تعدى هو هذه المرحلة . . إنه واثق تمامًا من وقوع الخيانة . . الدليل يحتاجه ليدرأ عن نفسه الاتهام بأنه واهم ، وأنه خاطئ وأن زوجته سيدة فاضلة . . يريد أن يثبت لها خيانتها . . يريد أن يثبت لها كذب ادعائها بأنها لم تخنه . . أى أن المشكلة لا تبدأ بالشك ومحاولة العثور على دليل لقطع الشك باليقين . . فاليقين موجود منذ البداية . . ولذا فإن أى محاولات لإثبات البراءة من جانبها لا تجدى ، بل تثير استهزاءه ، وربما تدعم ظنه ، ويعتبر أنها تحاول أن تغطى خيانتها وتلبس قناع البراءة الكاذب . .

وتأتى أدلته ضعيفة واهية أو غير منطقية إلا أنها بالنسبة له تمثل أدلة قاطعة . . كأن يجد شعرة على الوسادة ، أو يجد الفراش غير مرتب ، أو يشم منه رائحة غريبة ، أو أن نظرات عينيها تتغير حين مقابلة إنسان معين ، أو أن تصرفاتها بشكل عام توحى بأن هناك شخصًا آخر ، أو أنها غيرت نوع العطر الذى اعتادت على استخدامه ، أو أنها عند مرورهما بمكان معين تدير رأسها فى اتجاه معين ، إن لون وجهها يتغير حين يرن التليفون ، أو تتلهف للرد على

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

التليفون أو اعتذار الطالب بأن الرقم خطأ حين يرد هو، أو أن صوتها تغير ويوحى بمشاعر حب جديد، أو إنها تتأثر حين سماعها أغنية معينة، أو إنها تمتدح أخلاق وقدرات إنسان معين، أو أنه اكتشف خطابًا مرسلاً من صديقه لها، ولكنه يحوى عبارات ذات مغزى، أو إن زيارتها لبيت أسرتها قد زاد معدله فى الفترة الأخيرة. . إلخ. . ورغم ضحالة هذه الأدلة إلا أنها تعتبر قوية ونهائية بالنسبة له. .

وقد تكون هناك محاولة الحصول على اعتراف منها وأحيانًا يلجأ إلى استعمال القوة للحصول على هذا الاعتراف؛ حيث إن الرغبة فى الحصول على دليل تكون ملحة. ولا يهدأ لحظة من أجل الحصول على هذا الدليل. . ولذلك فإن كل سلوكه يدور فى هذا الإطار. . وهو الحصول على دليل مهما كلفه الثمن. .

ولا توجد حالة غير مرضية إلا وقام صاحبها بالمراقبة ويتفرغ لذلك تفرغًا كاملاً أو يكلف شخصًا آخر بهذه المهمة مهما كان الثمن أيضًا. .

سلوكه الجنسى يتغير مع الحالة ويزيد فى طلب معاشرة زوجته حتى يبعدها عن عشيقها. .

والمريض بهذا النوع من الغيرة قد لا تكون لديه أى علامات مرضية أخرى. . فيبدو كإنسان طبيعى تمامًا، متكيفًا فى كل أمور حياته إلا فيما يتعلق بهذا الموضوع. .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولكن الغيرة المرضية قد تكون عرضًا لمرض آخر كالإدمان الكحولى، أو إدمان الأفيون والكوكايين . . والسبب المباشر لها فى حالة الإدمان الخمور هو حالة الضعف الجنسى التى يصاب بها المدمن، وكذلك نفور زوجته منه لإدمانه . . هنا يعتقد أنها على علاقة بإنسان آخر . .

مريض الفصام أيضًا قد تكون أحد أعراضه تلك الغيرة المرضية . . مدرسة التحليل النفسى لها وجهه نظر أخرى فى موضوع الغيرة المرضية . . فالإنسان المصاب بهذه الحالة يعانى من الجنسية المثلية . . أى الرغبة فى نفس الجنس، ولكنها رغبة مكبوتة فى اللاشعور . . ولأنه لا يستطيع أن يفصح عنها لنفسه شعورياً، فيقوم بإسقاط الخيانة على زوجته . . فهو أساسًا يحب هذا الرجل الذى يتوهم أن زوجته على علاقة به . . فبدلاً من أن يقول أنا أحب هذا الرجل، فإنه يقول أنا أكرهه لأن زوجتى تحبه . . فالجنسية المثلية هى الأساس فى كل مشاعر الاضطهاد المرضية . . أى أنه ستخلص من مشاعر الجنسية المثلية من خلال عملية الإسقاط . .

وإذا بحثنا عن جذورها فى الطفولة فإننا نجدها مبنية على الغيرة من الأب الذى استحوذ على الأم . .

- زوجك يعانى من حالة مرضية عقلية . . المرض له علاج . . والعلاج عن طريق العقاقير . .

- وهل العقاقير تغير فى الشخصية؟ . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أن يتعرض لها كل إنسان فى نشاطه اليومى العادى . . فمحظور عليها زيارة جارتها أو حتى زيارة أسرتها بمفردها . . محظور عليها مجرد أن تتكلم مع زميلها فى العمل حتى وإن كان الأمر يتعلق بالعمل نفسه . . محظور عليها أن تبدى رأيًا أو تعلق على رأى . . وإذا حدث أن تعدت حدود هذه المحظورات، فإن الموقف يشتعل إلى مشاجرة توجه فيها الإهانات . . وأحيانًا الاعتداء الجسدى . . كل ذلك بدون اتهام مباشر أو ظن يقينى . . بأن هناك شخصًا محددًا فى حياتها . .

هذا الزوج نفسه يؤكد أن زوجته لا يرقى إليها الشك . . بل هو ذلك حين يصفو يؤكد لها ثقته التامة فيها . . وقد يعترف -وهذا نادرًا- أن المشكلة بداخله هو . . هكذا هو . . هذه شخصيته، فهو لا يستطيع أن يقاوم مشاعر الغيرة الجامحة التى تأكل صدره ولكن المشكلة تتفاقم وتتصاعد حين يكون للزوجة بعض السلوكيات أو التصرفات التى تثير غيرته بحدة . . ولا أقصد هنا أن يكون سلوكها غير سوى . . ولكن حينما تكون شخصيتها انبساطية، تتعامل مع الناس بسهولة وبساطة . . جريئة فى تصرفاتها . . وأيضًا حينما تبالغ فى مظهرها . .

فى هذه الحالة فإن ألم الشك يعذب الزوج ويدفعه فى أحيان كثيرة إلى التهور الذى قد لا تحمد عقباه، وقد يؤدى إلى أذى حقيقى للزوجة جسديّاً أو نفسيّاً . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

- يبدو أن الأمر قد اختلط عليك. . أو لعلى لم أكن واضحًا فى تحليلى لظاهرة الغيرة. .

هناك فرق بين المرض والشخصية. . «الغيرة المرضية» هى اضطراب فى محتوى التفكير حيث تسيطر فكرة الخيانة. . تمامًا مثل مريض الفصام الذى يعتقد أنه مراقب أو مضطهد. . وتلك هى الحالات التى يمكن علاجها بالعقاقير، لأن سببها اضطراب فى كيمياء المخ. .

أما الشخصية التى تكون الغيرة «غير الطبيعية» إحدى سماتها البارزة، فالعلاج بالعقاقير لا يجدى معها. . هذا الإنسان ليس مريضًا ولكن شخصيته ذات سمات غير طبيعية. . وهذه هى إحدى مشكلات الطب النفسى. . فاضطراب الشخصية غير مصنفة مع الأمراض، وبالتالى فليس لها علاج. . ولهذا فإننى أقول إن حالة زوجك أسهل لأنها مرض. . وذلك بالرغم من أن الغيرة فى الشخصية غير السوية تكاد تشابه الغيرة المرضية، كالشك فى سوء السلوك ومحاولة الحصول على أدلة واللجوء إلى العنف أحيانًا. .

وصدقينى إن الأمر حين يصل إلى الاتهام المباشر فإنه يكون فى حالات كثيرة أهون من تلك النوعية التى نطلق عليها الغيرة «غير المرضية» بالرغم من تطرفها. . الزوجة فى تلك النوعية تشعر دائمًا أنها موضع شك. . يحاسبها على كل تصرفاتها. . يخنق حياتها. . يحجر على حريتها فى التعاملات الطبيعية والبسيطة التى لابد

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

هذا الزوج بالرغم من أنه ليس مريضًا فإنه يحتاج إلى مساعدة فهو يعانى من اضطراب فى شخصيته، أساسه اهتزاز ثقته بنفسه والأنانية الشديدة والإحساس الدائم بالتهديد من فقدان ما يمتلكه . .

وبالرغم من إننا نصف حالة غير طبيعية إلا أننا يجب أن نعترف أن هذه هى مشكلة الإنسان . . أى إنسان . . فمن منا يشعر بالثقة المطلقة التى بغير حدود؟ . من منا يشعر بالطمأنينة الكاملة فى أنه لن يفقد ما يمتلكه؟ من يستطيع أن يدعى أنه لا يحب نفسه وأنه يؤثر غيره على نفسه؟ وكما أن الإنسان المريض أو الإنسان صاحب الشخصية المضطربة لديه بؤرة ضعف، بؤرة الإحساس بالانحطاط والدونية . . فإن كل إنسان لديه إحساس بأن عليه أن يجاهد للتغلب على ضعفه وخوفه . . ولهذا فقد يبالغ فى إظهار قوته وثقته بنفسه . . وكلما بالغ، كان هذا دليلاً على شدة ضعفه وخوفه . .

والإنسان يولد وتولد معه أحاسيس الضعف والخوف . . وهذا بعض شقائه على الأرض، فهو فى حالة مقاومة مستمرة لتلك المشاعر السلبية . . ولذلك فهو فى سعى دائم للحصول على القوة من خلال السلطة والمال . . والكلام عن التواضع والزهد هنا ليس له معنى . . وكل إنسان يسعى بأسلوبه الخاص وحسب قدراته وإمكانياته وبقدر ما تسمح به الظروف . . ولذا فإن تغيرت الظروف تغير الإنسان فعلاً . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

والمقصود بتغير الظروف هنا أن تسنح الفرصة للإنسان للتمرد على ضعفه وخوفه، فينطلق مستبداً بسلطانه أو بماله، ويمارس ضغوطه أو حتى طغيانه.. وكأنه ينتقم من فترات الضعف والخوف وبقدر ما كان يشعر بخوف وتهديد، بقدر ما يبالغ فى تخويف وتهديد الآخرين.

والعلاقة بالجنس الآخر هى أحد المحاور الأساسية التى تشكل تهديداً للإنسان وتغذى خوفه.. ففشل العلاقة أو حدوث خيانة يزعزع إحساس الإنسان بقيمته وجدواه وأحقيته فى الحياة والبقاء إنها طعنة لكيانه الجنسى كذكر أو كأنثى.. والرجل يسعى إلى السلطة والمال لتدعيم كيانه الجنسى الذكرى، والمرأة تسعى إلى التزين والدهاء لتدعيم كيانها الجنسى الأنثوى.. ومع تطور الإنسان فإنه اهتم بالثقافة والفن ليسمو (يتسامى) فى علاقته بالجنس الآخر ويرتفع بها فوق مستوى الجاذبية الجنسية.. وأدخل مصطلحات الجاذبية الفكرية والروحية.. كل ذلك يفسر لنا مدى أهمية، وأيضاً خطورة الغيرة فى علاقة الرجل بالمرأة.. وإمكانية تحولها إلى غير مرضية أو غيرة متطرفة غير عادية.. وهذا ما لا يحدث فى الغيرة فى أشياء أخرى كالمنافسة.. فقط الغيرة الجنسية هى التى من الممكن تأخذ أبعاداً مرضية أو غير طبيعية..

قد نكتم الغيرة فى صدورنا.. قد نعبر عنها بأساليب متحضرة نعبر عنها بشكل مباشر وصريح.. قد نعبر عنا بقسوة وتجريح.. وقد نمرض فنعبر عنها فى صورة هذاءات وضلالات بأن الأمر قد وقع، والخيانة قد تمت!..

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

إذا لم يتزوجنى سأقتله

يقول إنه متزوج . . وفى الواقع إنه غير متزوج!

وصحيح أننى متزوجة . . وعندى أولاد . . ولكننى سأترك الجميع لأتزوجه . .

وإذا لم يتزوجنى : سأقتله!!

إنها كلمات السيدة الجامعية التى تجلس فى العيادة النفسية لتشكو من هجر رجل لا يعرفها . !

** المريضة سيدة تبلغ من العمر ٣٥ عامًا، جامعية . . تعمل بالتدريس . . زوجة وأم طفلين، تواضع جمالها تعوضه جاذبية تنبع من داخلها أكثر مما تلحظه فى ملامحها . . عيناها تلمعان ببريق يتناسب قدره مع المعانى التى تخرج على لسانها . . صوتها عادى ولكنه قادر على توضيح أحاسيسها . . أنيقة فى مظهرها بقدر أناقة كلماتها التى تكشف عن ذكاء مطعم بثقافة ووعى . .

أعترف أننى لم أكتشف أنها مريضة إلا بعد نصف ساعة من حديثها المتصل الذى لم أشأ أن أقاطعه لعمق المعانى التى كانت تعبر عنها ورقتها، والدفء الذى كان يشع من كلماتها المتزنة المتناسقة . .

** فى نصف الساعة الأولى كانت تعبر عن عواطفها نحو إنسان يحبها وتحبه . . قصة حب يسعد أى إنسان بسماعها لأنها

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

تؤكد أنه لا حدود ولا منتهى لحجم نوع العواطف التى يكنها إنسان لإنسان مع المحبوب . . فمحبوبك يراك أجمل وأروع ما فى الوجود . . يكفيه أن يكون بقربك ليحتويه ضياؤك كما يحتوى ضوء القمر الأرض وما عليها . . فإذا ابتعدت عنه أظلمت دنياه فصار شبحًا، وأظلم داخله كالموتى . .

** قالت السيدة وهى تحكى عن حبها وعن حبيبها : هو عظيم كهرم لا يمكن أن تستوعبه إذا اكتفت عيناك بالنظر أفقيًا أو تشعلقت إلى أعلى . . لكى تستوعب عظمته لابد أن يميل عنقك إلى الوراء وكأنك تريد أن تقابل السماء بوجهك . .

* تمتلئ نفسك رهبة وإعجابًا بالنظر إليه . . ليست رهبة الخوف، ولكنه الانبهار الذى يمزج الإعجاب بالرهبة . .

لست فقط منبهرة بمكانته الاجتماعية المرموقة، ولكن انبهارى مبعثه أيضًا صفاته . . له صوت رقيق عميق، مرح جاد . . صوت له ملمس أسمعه بجلدى فتتحول المسام إلى آذان متلهفة يبثها حنان دافئ . .

* حين نتذكر إنسانًا فإن صورته ترتسم فى مخيلتنا، ولكننى أتذكره بصورته . . إن صوته هو ذكاؤه وطموحه . . صوته هو عظمته صوته هو الذى ينقل إلى كلمات حبه . .

** الكلمات لا تنبعث فقط من حنجرته، وإنما يشارك فى وضعها عيناه ووجهه ويداه . . ولهذا فأنا أستطيع أن أراه وأنا

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

مغمضة العينين. . أراه بملمس صوته. . ولهذا فهو لا يفارقني أبدًا. . فأنا جزء منه يحتويني بشخصه. . وبذلك لا يستطيع أي إنسان أو أي ظروف أن تفصل بيننا حتى الموت. . بعد الموت سأمضي معه إلى العالم الآخر بفضل توحدي معه، واحتوائه لي. . ومن يحتويك يكون هو الأكبر والأقوى والأعظم والأرحب. . وهو لذلك أقوى مني وأكثر عقلاً وحكمة ولهذا فأنا بدونه أفقد إدراكي لذاتي. . أفقد معني وجودي. . تتشتت نفسي ويتبعثر كياني. . لا أكون كاملة ولا أشعر باكتمالي كإنسانة ولا إدراك وجودي إلا إذا ظللت بجانبه دائمًا. .

* هل تصدق أنه معي في كل لحظة وأنا أمارس أي نشاط أو أي حركة خلال يومي. . هو أول من يستقبله عقلي وإحساسي بمجرد أن أفتح عيني في الصباح بعد نوم. . لا أشك أنه كان معي خلاله. . أتزين قبل أن أنام تهيؤًا للقائه في أحلامي. . أرتدي ثوبًا للنوم يروقه. . أغرق فراشي بعطر يحبه. . أمسك بكتاب نلتقي فيه معًا بأفكارنا. . كل ليلة كتاب فهذا عشقنا المشترك. . ثم أبدأ النوم وهو في عيوني. . الأغنية التي نحبها أسمعها كل يوم في سيارتي. . لا أستطيع أن أبدأ عملي إلا وهو جالس بجانبي. . من أعمل معهم يستطيعون أن يروه بوضوح في عيوني. .

* أثور في العمل وأهم بمعاقبة المخطئ فينظر إليّ لكي أصفح فتهدأ نفسي وأكافئ المخطئ. . مشاكل كثيرة في عملي. . كلها تهون لأنه موجود معي. . أعود من عملي مثقلة متعبة لتواجهني مشاكل أخرى. . ولكن كل شيء أتحمله لأنه موجود معي. .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

* أحرز نصرًا أو مكسبًا . . ولكن كل شيء يتضاءل بجانبه . . فهو النصر العظيم والمكسب الكبير . . هو الفرحة . .

* حتى لو تعرضت لكارثة يتضاءل تأثيرها وأقول الحمد لله يكفى أنه موجود فى حياتى وأنا موجودة فى حياته . .

الكارثة الحقيقية أن يكون مريضًا أو فى أزمة . . حينئذ تضطرب كل حياتى . . لا أستطيع أن أعمل أو أفكر أو أهتم بأى أحد . . أفقد شهيتى وأشعر بآلام فى كل جسدى . . أذبل كورقة شجرة انتزعوها من فرعها . . تتوقف حياتى كلها حتى يشفى أو تفرج أزمته فتعود لى حياتى أحلم له فى أن يكون أعظم وأعظم . .

هو أول من يرى أى فستان جديد أرتديه . . ثم أحتفظ به لأنه صافح عيونه . . لا أعترف بأى فستان إلا إذا رآه . . فساتينى تكتسب قيمتها وجمالها من عينيه . .

لا أمل لى فى حياتى إلا أن أعيش معه بقية عمرى . . سعادتى الحقيقية معه . . وهو بدونى لا يستطيع أن يعيش سعيدًا . .

* عند هذا الحد أردت أن أتدخل فسألتها :

- وما الذى يمنع أن تكونا معًا . . ؟

* هو .

- كيف وهو يحبك؟

* إن تصرفاته متناقضة . . فبالرغم من حبه لى فهو لا يريد أن يقابلنى . . يهرب منى . . بل يحاول أن يؤذى مشاعرى . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

- هل هذا معقول وأنتما تعيشان هذا الحب الرائع؟

* هذه هى الحقيقة بكل أسف . . ولهذا جئت أستشيرك . .

- تستشيرنى فى ماذا . . ؟

* ماذا أفعل معه . . كيف أجعله يعيش معى ويترك تلك السيدة التى تدعى كذبًا أنها زوجته وأن لها ثلاثة أطفال منه وتعيش معه فى بيت واحد .

- من أدراك أنه ليس متزوجًا . . ؟

* أنا واثقة من ذلك . . هو أعزب لم يتزوج قط . . وهو الذى يشجع هذه السيدة فى ادعائها الكاذب لكى يؤذى مشاعرى . .

- وأنت أيضًا زوجة ولك أطفال ! !

* سأترك كل شىء من أجله . .

- وإذا رفض أن يتزوجك . .

* سأقتله ! !

فى هذه اللحظة أدركت أنها مريضة . . ويا لها من حالة عجيبة يطلقون عليها «ذهان الحب» أو «جنون الحب» .

* بداية لا بد أن أؤكد أن عواطف هذه السيدة عميقة وتهيمن على كل قوى ومشاعر روحها منذ اللحظة الأولى . . فهى تحب حقيقة ، ولكن الجزء المرضى هو اعتقادها بأنه يحبها . . فهو فى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الغالب لم يرها حتى الآن . . وهى أيضًا فى الغالب لم تره إلا على شاشة التليفزيون أو السينما أو ربما التقت به لقاء عابرًا وربما لم يتبادلا فيه أى كلمة . .

* الحالة ليست نادرة الحدوث . . نراها من حين لآخر فى العيادة النفسية . . والحالات التى لا نراها أكثر وأكثر . . فليس كل هذه الحالات تجد طريقها إلى الطبيب النفسى إلا فى المراحل المتقدمة المتفاقمة أو إذا كان هناك مرض عقلى . . ويكون «ذهان الحب» هو أحد أعراضها بجانب أعراض عقلية أخرى . .

* الحالة عادة تصيب السيدات . . لكنها قد تصيب الرجال أيضًا ولكن بنسبة قليلة عن النساء . . فكرة خاطئة تسيطر عليها أن رجلاً ما وقع فى غرامها . . رجلاً من طبقة اجتماعية أعلى منها وله مكانة اجتماعية مرموقة . . فهو من المشاهير : رجل سياسى أو مذيع تليفزيون أو نجم سينمائى أو كاتب مشهور . . أو شخصية عامة بارزة . . فى معظم الأحوال يكون أكبر منها سناً .

* الحالة تبدأ فجأة . . لا يوجد تدرج فى الحالة . . وإنما تظهر كاملة من البداية . . وتتصور أن الرجل هو الذى وقع فى الحب أولاً . . وهو الذى بدأ فى اقترابه منها . . وهى تعتقد أنه غير متزوج . . وحتى إذا كان متزوجًا فإنها تنكر هذا الزواج أو تعتقد أنه زواج تمثيلى . .

* تبدأ فى إرسال أول خطاب له . . خطاب يؤكد له أنها تحبه مثل حبه لها . . وحين لا تتلقى إجابة ترسل خطابًا ثانيًا وثالثًا . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وقد تستمر فى إرسال خطاب كل يوم . . ثم تلجأ إلى البرقيات . . فإذا لم يستجب تحاول أن تعبر عن عواطفها بإرسال الهدايا . . وفى البداية تكون الهدايا فى شكل ورود تصله كل يوم إلى بيته أو مكان عمله . . ثم ترسل له هدايا بكل ما تملك . . فإذا كانت حالتها المالية تسمح فإن الهدايا تكون قيمة للغاية وأيضًا قد ترسل هدية كل يوم . .

* ثم تبدأ أخطر مراحل الحالة وهى متابعته . .

فى البداية تختبئ لتراه وهو يغادر بيته أو عمله . . ثم تمشى خلفه دون أن يراها أو تتابعه بسيارتها . . وقد تتفرغ تمامًا لمراقبته فى كل مكان . . والمتابعة أيضًا تكون عن طريق التليفون، فتحاول أن تتصل به فى كل مكان يتواجد فيه وفى أى ساعة من ساعات الليل والنهار . . وبذلك تنقلب حياة محبوبها إلى جحيم . . فهو يشعر أن هناك متابعة ومراقبة فى كل ساعة . . ويساوره الخوف من هذه الملاحقة العنيفة . . وبالطبع فإنه لا يجرؤ على لقائها فى الأماكن التى تحددها فى خطاباتها . . وقد يزجرها فى التليفون . . وهنا تأخذ مطاردتها شكلاً أعنف اعتقادًا منها أنه يرفض مقابلتها، لأنه لا يريد أن يفضح عواطفه أمام الآخرين . . تصف هى سلوكه بأنه متناقض فهو يأخذ مواقف عكس مشاعره الحقيقية . . يهرب منها بالرغم من أنه يحبها . .

* فى بعض مراحل المرض قد تقدم على تصرفات تكشف عن اضطرابها الواضح وانفصالها عن الواقع فتوجه الإهانات له أو

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

لزوجته وأولاده فى التليفون أو تفاجئه بالزيارة فى بيته أو مكان عمله أو قد تلجأ لزميل له أو لرئيسه شارحة المشكلة بينهما . .

كما أنه ليس مستبعدًا أن تهدد باستعمال العنف ضده أو ضد أسرته، وذلك حين يعاملها بقسوة . . فيتحول حبها إلى كراهية ورغبة فى الانتقام . .

* وطبعًا تعيس الرجل الذى يتعرض لمثل هذا الموقف . . فقد تستطيع هى أن تقنع الآخرين بأنه هو الذى بدأ بحبها حتى وقعت فى حبه، ثم هو الآن يتهرب منها . .

والتصرفات غير المسئولة التى قد تصر عليها لا حدود لها . . فقد تركب طائرة لتذهب خلفه إلى أى مكان . . وقد تحاول أن تعمل فى المكان الذى يعمل فيه . . وقد تنتقل لتسكن بجواره . . وقد تكتب للصحف أو للمسئولين شاكية موقفه منها . . أو قد تظن تباطؤه فى الانتقال للحياة معها بسبب ضائقته المادية فترسل له مبلغًا كبيرًا من المال أو تذهب إلى محامٍ لتتنازل عن كل ممتلكاتها له . .

هذه التصرفات غير المسئولة تصدر عادة إذا كان «ذهان الحب» يشكل عرضًا لمرض عقلى آخر كالبارانويا أو الفصام الاضطهادى . .

أما إذا كان «ذهان الحب» موجودًا بشكل مستقل، فإن شخصيتها تكون متماسكة . . ولا يبدو عليها أى اضطراب . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولا يجرؤ أحد أن يشك فى قواها العقلية ، ، فهى تبدو طبيعية فى كل شىء ما عدا هذه الفكرة التى تسيطر عليها . .

* وهو ليس حبّاً رومانسيّاً خالصًا . . ولكن تكون هناك رغبة فى إقامة علاقة جنسية . . وفى هذه الحالة يجب أن نفرق بين «ذهان الحب» و«الهـــوس الجنسى» . . فى «ذهان الحب» يكون هناك الاعتقاد الخاطئ بوجود حب متبادل من الطرفين . . أما فى «الهوس الجنسى» فلا يوجد إلا رغبة مستمرة لا تقاوم فى الممارسة الجنسية غير المسئولة فى أى وقت ومع أى إنسان وفى أى مكان بدون وعى يفرض الحرص والحيطة .

* كما يجب التفرقة بين «ذهان الحب» و«الإعجاب» . . فى حالة الإعجاب قد يكون من طرف واحد مع الوعى الكامل عند هذا الطرف أن الطرف الآخر لا يبادله نفس الإعجاب ، وحتى إذا كان الإعجاب متبادلاً فإن كل طرف يدرك ويعى حدود العلاقة . . ويتصرف بناء على موقف ومدى استجابة الطرف الآخر .

فى حالة الإعجاب قد يقول طرف أنه يعتقد أن الطرف الآخر يبادله نفس الإعجاب ولكنه غير متأكد . . وهذا يعنى ارتباطه بالواقع . . ولذلك فإن سلوكه يكون طبيعياً ولا يقتحم حياة الطرف الآخر أو يطارده ، ولكن ربما يحاول أن يتقرب منه بأسلوب اجتماعى لائق . . وإذا وجد عدم تجاوب من الطرف الآخر فإنه يبتعد فى سلام .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وأيضًا يجب التفرقة بين «ذهان الحب» و «الحب الحقيقى».

فى الحب الحقيقى يحكى الصوتان معًا قصة الحب.. وإذا سمعت أحد الصوتين فإن صداه يكون مطابقًا للصوت الثانى.. هذا ما تعنيه كلمة «حقيقى».. إنه سيمفونية أنغامها تصدر من أوتار قلبين وعقلين رغم انفصالهما الشكلى.. فإن المعانى التى تصدر عنهما تكون متطابقة فلا تسمع «نشاز» فى سيمفونية الحب..

وهذا ما تعنيه كلمة «التوحد» أو كلمة «الذوبان» فى الحب.. فالبرغم من أن طرفى «الحب الحقيقى» يحتفظ كل منهما بكيانه المستقل، إلا أن امتزاجًا قد حدث بين «فكرين» وبين «وجدانين» يحقق لهما معًا وعيًا وشعورًا بأن كلاً منهما متصل بالآخر.. اتصالا يحقق الفرحة والسعادة والطمأنينة.. وتكون هناك حالة رضى من كل طرف عن هذا الاتصال..

* لماذا تصاب إنسانة بحالة «هوس الحب»؟

* لماذا تتوهم أن إنسانًا قد وقع فى حبها وأنها أيضًا تحبه..؟

* لماذا تعيش قصة حب وهمية تعتقد أنها حقيقية؟

* إذا تعمقنا فى نوعية الإنسان الذى تختاره، فإننا سنجد أنه يكبرها سنًا، ثم إنه يمثل قيمة اجتماعية مرموقة ومعترفًا بها تحظى بالإعجاب والتقدير.. إنها صورة تكاد تقترب من صورة الأب.. الذى يمثل لنا الحماية وتلبية كل ما نحتاج.. وهو أيضًا الأب الذى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

كبت كل غرائزنا البدنية، وخاصة فيما يتعلق بموضوع الجنس.. جعلنا نكبتها بالإرهاب والتجاهل، فأصبح لنا تصور فظيع عنها.. ولكن هناك دائمًا الرغبة فى الحصول على إرضاء لغرائزنا، هذه الرغبة كان يصاحبها الخوف والإحساس بتأنيب الضمير.. ولهذا كانت مشاعرنا تجاه الأب متناقضة بين: الحب والخوف..

وكأنها تقول:

هذا هو حبيبى (أبى).. حبيبى (أبى) ذلك الرجل العظيم القوى.. ذلك الرجل (أبى) يحبنى.. ليس هذا فقط بل إنه يرغبنى جنسيّاً.. وهنا تتخلص المريضة من مشاعر الخوف والإحساس بالذنب.. تتخلص من مشاعر الحب والكراهية تجاه أبيها.. ذلك الرجل (الذى يمثل أباها لا شعوريّاً) هو الذى بدأ معها.. هو الذى رغبها عاطفيّاً وجنسيّاً.. لم تكن هى البادئة.. بل هو البادئ.. لولا أنه هو الذى فكر فيها جنسيّاً لما فكرت فيه هى على هذا النحو..

أى أن أبى الذى أخافنى وجعلنى أكبت غرائزى العاطفية والجنسية رغم رغبتى.. هذا هو اليوم يعرض علىّ الحب والجنس..

* يمكن أن نرى المشكلة من زاوية أخرى.. أيضًا زاوية أعمق موجودة على مستوى العقل الباطن.. المشكلة أساسها الحب المفرط للذات.. الحب الذى يعوق إقامة علاقة حب مع أى إنسان

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

آخر . . ولأن هذا غير مقبول . . فإن هذا الحب للذات لا بد من إنكاره أو إسقاطه على شخص آخر . . شخص له أهمية . . شخص أكثر منها عقلاً وحكمة . . هذا الشخص يحبها بدلاً من أن تحب هي ذاتها أي هو يمثل حبها لذاتها . . ولذا فهي تطارده لكي يثبت ذلك لها . . إذا أظهر العكس فهذا يحطمها . . إنه يكشفها على حقيقتها . . يكشف حبها لذاتها .

عالم النفس فرويد له رأي آخر . . هو يرى أن «ذهان الحب» هو أسلوب دفاعي عن رغبة لا شعورية في نفس الجنس . .

هي ترغب في نفس الجنس ولا ترغب في الرجال . . ولذلك يجب أن تنفي هذا من خلال علاقة عاطفية جنسية بطرف من الجنس الآخر ، وبذلك تشعر أنها سوية . .

وكأنها تقول . . هذا الرجل يحبني . . هذا معناه أنه لا يراني كشاذة . . إنه يراني طبيعية وإلا لما رغب فيّ . . وأنا كذلك أحبه . . وهذا يؤكد ميولي الطبيعية .

* ولهذا فهي قد اختارت رجلاً يشابه أباها . . رجلاً مثل مثاليته . . وفي نفس الوقت استطاعت أن تسقط عليه عواطفها ورغباتها الجنسية المكبوتة . .

والمعادلة الفرويدية تقرأ كالآتي كما تنطقها المريضة . . أنا أحب الأنثى لا . . أنا لا أحب الأنثى ، بل أنا أحب هذا الرجل لأنه يحبني . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وبذلك تستطيع أن تتخلص من مشاعر الجنسية المثلية وأحلت محلها مشاعر طبيعية تجاه رجل أحبها فأحبته . .

* أى التفسيرات نصدق . . ؟ هل اعتقادنا فى أحد التفسيرات يلغى الباقى . . ؟ أم أن لكل حالة ظروفها الخاصة التى تنطبق عليها أى من هذه التفسيرات . .

* أم أن كل هذه التفسيرات خاطئة . . وأن «ذهان الحب» يحدث نتيجة لاضطراب كيميائى فى المخ، مثل بقية الأمراض العقلية التى أصبحنا نعرف الآن أسبابها الكيميائية فى المخ . . وبذلك أصبحنا أقدر على معالجتها بالعقاقير . .

العلم عند الله . .

❁❁❁

تم التحميل من مكتبتى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

نيران تذيب ثلوج الحياة الزوجية

خسرت كل شىء فى حياتى بسبب القمار

أعرف كل ذلك جيداً . .

ومع ذلك فإنى -بدون وعى- لن أتوقف عن المقامرة . . حتى أموت . .

لقد حاولت كثيراً الهرب من هذا السراب الذى أجرى وراءه . . وكانت آخر محاولة للتخلص من ضعفى أمام القمار هى زيارة الطبيب النفسى!

* جاءت به زوجته إلى العيادة النفسية .

متوسطة العمر . . جمالها أطفأه الشقاء والمعاناة . . سيطر على ملامحها التحفز والغضب . . أما وجهه فكان يعكس الانقياد لها والاستسلام . . لا عن ضعف . . ولكن ربما لإحساسه بالذنب تجاهها أو لحيرته فى أمر نفسه فجاء مسلماً لها نفسه طلباً للمساعدة .

وبدون أن أدعو أيهما للحديث ، بدأته هى بصوت متحفز غاضب :

- لابد أن تجد لنا حلاً . . لقد حل بنا الخراب وسيضيع مستقبل أولادى . . فقدنا كل أموالنا ، وسنفقد عن قريب سمعتنا إذا زجوا به فى السجن . . يقول متحججاً أنه لا يستطيع أن يقاوم . . شىء خارج

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

عن إرادته . . يشعر أنه مريض . . فهل هو مريض حقّاً؟ . . أم سيطرت عليه شياطين الضلالة فانحرف .

– صمتت فجأة ورمقته بنظرة تدعوه بها ليبدأ الحديث . . ورغم أنه كان مطرقًا برأسه فلم يستقبل نظراتها ، إلا أنه فهم ما أرادت وحرك شفتيه بكلمات لم أسمعها . . وأدركت استحالة أن يتكلم فى وجودها . . فطلبت منها أن تتركنا فأبت . . وإزاء إصرارى الذى حمل تهديداً خفيّاً باعتذارى عن استمرار المقابلة غادرت الحجرة أكثر غضبًا وتحفزاً .

•••

يقول المقامر :

حين أجلس إلى منضدة اللعب لا توجد قوة على الأرض تستطيع أن تنتزعنى من مقعدى . . شىء واحد هو أن أفقد كل نقودى . . بعدها تسترخى أعصابى وتهدأ نفسى وتخمد نار متأججة فى صدرى . . حينئذ يسبح جسدى بتلذذ فى عرقه البارد . . بعض المتعاطفين ينظرون إلىَّ بأسف لخسارتى الفادحة وأنا أنظر إلى نفسى بتشف يبعث على الارتياح ، وكأننى ألقيت بحمل ثقيل كان متمركزاً فى منتصف رأسى . . كل أنواع المخدرات والمهدئات ومضادات الكآبة فشلت أن تمنحنى مثل هذا الشعور . .

تبدأ الرحلة منذ الصباح وأنا فى طريقى إلى عملى . . ومضات خاطفة تلهب خيالى بسهرة الليلة وأنا جالس إلى منضدة القمار . . وأنا ممسك بالأوراق . . وأنا أتطلع فى قلق إلى عيون خصمى . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أحاول أن أبعد ذهنى عن التصور . . تقوى إرادتى الواهية فأصمم كاذبًا أنى لن أذهب الليلة . . وحين أصل إلى قرارى هذا يداهمنى الحنين الجارف فأقرر الذهاب . . وهكذا أظل طوال يومى متأرجحًا . . أذهب لا أذهب . . أذهب لا أذهب . . حين أقرر ألا أذهب يصعد الاكتئاب من صدرى إلى عنقى فأشعر بالاختناق . . حين أقرر أن أذهب ترتخى عضلاتى فأتنفس بهدوء ويرقص داخلى مبتهجًا . . وحين تجىء اللحظة المنشودة أستعد للخروج من المنزل . . أشعر حينئذ كأننى منوم، وأن إرادتى فقدتها تمامًا . . لقد فشلت كل محاولات المقاومة فأشعر بالخوف . . إنه خوف المدمن الذى يدرك أنه فقد سيطرته تمامًا واستسلم للمخدر . .

المكان محصن احتسابًا لهجوم مفاجئ . . الهواء لا يتجدد، فالنوافذ محكمة الإغلاق مختفية خلف ستائر كثيفة . . كثافة الدخان تؤثر على درجة الرؤية . . والجميع تعودوا أن يكونوا عمليين . . كل قام يدخل فوراً إلى مكانه المعتاد ويبدأ مباشرة فى الانضمام إلى اللاعبين . . دقائق وأنسى كل شىء عن مقاومتى الفاشلة واستلامى الضعيف . . تعترينى حيوية لا أعهدها إلا فى هذا المكان . . وتدريجياً يتصاعد إحساسى بقلق مثير، وأمسك بالأوراق فى يدى فأنفصل تمامًا عن العالم، وينحصر مجال الرؤية لعينى فى يدى الممسكتين بأوراق اللعب وساحة الملعب ووجوه خصومى . . بل إن وجدانى وتفكيرى لا يخرجان ولو لثانية عن هذه المساحة . . قمة التركيز للحواس والأحاسيس . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وكل لحظة تحمل إثارة تشد الأعصاب وتحدث اضطرابًا فى حركة التنفس. . لحظة توزيع الأوراق. . لحظة التقاط الأوراق ثم النظر فيها بلهفة لمعرفة مدى قوتها. . لحظة النظر فى عيون من يحيطون بالمنضدة فردًا فردًا لاكتشاف نوعية أوراق كل منهم من عينيه وملامح وجهه. . والكل قد تدرب أن يظهر عكس الحقيقة. . فالذى خاب أمله فى أوراقه يظهر سعادة زائفة. . والذى جامله الحظ يظهر برودًا. . وقد يبالغ فيظهر أسفًا. . وعليك حينئذ أن تنفذ إلى الحقيقة. . أن تتوقع. . أن تخمن. . ولا أحد يعرف ماذا سيحدث فى اللحظة التالية. . هناك مفاجأة فى كل لحظة. . يصدق توقعى فانتشى. . يخيب توقعى فتهبط معنوياتى. . يسوء موقفى فأقلق. . يسوء موقف الآخرين لحظة أخرى تمر تحمل أملاً فى انتصارى. . أنتصر فأشعر بلذة عارمة لا تمر بى إلا فى هذا الموقف. . أشعر بقامتى تعلو وعضلاتى تنتفخ أشعر كأننى ملك هذه المنضدة. . ويتضاءل فى عين كل الجالسين حولى. . تزيد لذتى حين ألحظ الحسرة فى عيونهم. . . يسعدنى حسدهم لى. . ومن قلب نشوتى بالانتصار يبرز قلقى من الدور القادم المجهول. . فهناك احتمال الفشل فى المرة القادمة. . انتصارك مرة لا يعنى انتصارك المؤكد فى المرة التالية. . لا شىء مؤكد. . لا شىء ثابت كالهدف المتحرك الذى تصوب ناحيته وأنت مغمض العينين. . قد تصيبه دون أن تقصد. . وقد تخطئه دون أن يكون لك ذنب فى ذلك. .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وحين أخسر وينخفض رصيدى أشعر بنار الغيظ تتأجج يغذيها قلقى وتوترى . . تسرع دقات قلبى . ويزداد تلهفى لبداية دورة جديدة . . وأخسر مرة ثانية وثالثة . . ويزداد تلهفى إلى مزيد من اللعب . . تمضى ساعات أظل ملتصقًا بمقعدى بفعل قوة مغناطيسية من الصعب الخروج من مجالها . .

أعود لأكسب جولة . . ثم أخسر جولة . . وأستمر ويستمرون مربوطين جميعًا بحزام واحد لا يسمح بالخروج من أسرة إلا من بعد أن ينتهى كل ما معى من مال . . وأخرج من الدائرة حيث لا مكان لى الآن . . ولا أذكر أننى فى أى مرة شعرت بالأسى على مالى المفقود وكأننى كنت ألعب بأوراق مالية مزيفة أو كأننى كنت ألعب بأموال شخص آخر لا يهمنى هو أو ماله . . كأن هذه النقود لم تكن تخصنى . . من يرانى يشعر أننى حزين لخسارتى . . ولكن أحاسيسى الداخلية تكون شيئًا مختلفًا تمامًا . إذن لماذا جئت إلى هذا المكان؟ لو كان هدفى هو المكسب لشعرت بالحزن لخسارتى . . وأيضًا ليس من المعقول أننى أجىء لأخسر ، أى يكون هدفى ومطلبى هو الخسارة . .

صدقنى أننى لا أعرف لماذا أقامر؟ . . كل الذى أستطيع أن أقوله لك إنها رغبة مسيطرة . . رغبة تهزمنى . . أشعر بالخوف لإحساسى بفقد السيطرة ولكننى أذهب دون وعى . . أظل ألعب حتى أخسر . . بعدها أشعر بارتياح غامض . . أشعر أننى تخلصت من أثقال ناء بها جسدى . . أدخل منزلى كاللص الذى يحرص ألا يشعر به أحد . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

موقفى المادى أصبح حرجًا للغاية . . زوجتى تهدد بطلب الطلاق ورغم كل ذلك فإننى لا أستطيع أن أقاوم . . أشعر أن حياتى ستفقد كل معنى لها إذا توقفت عن اللعب . . فهل لديك ما تقدمه لى يا طبيب؟

●●●

** هل يمكن أن نتراهن أنا وأنت على تخمين الاتجاه الذى ستغيب منه الشمس اليوم أو الذى ستظهر منه صباح الغد؟ . . طبعًا غير معقول . . وإذا حاولنا ستكون لعبة سخيفة بلا معنى تنتهى بأن نسخر من أنفسنا ويشعر كل منا بالملل تجاه آخر . . وسوف تعطينى ظهرك وأعطيك ظهرى . .

ولكننا نستطيع أن نذهب الملل عن أنفسنا إذا حاولنا فى لعبة أخرى . . سأخفى قطعة من النقود فى إحدى يدى ثم أطبق كلتا يدى وأطلب منك أن تخمن فى أى يد تختبىء قطعة النقود . . إذا لم تعرف عليك أن تدفع لى . . وإذا عرفت على أن أدفع لك . . تصور موقفك فى هذه اللعبة . . إنها لعبة لا تحتاج إلى تفكير أو حسابات ما، لا تحتاج إلى أى مهارة . . كلتا يدى مطبقتان وتختفى فى إحداهما قطعة النقود . . إذن الموقف برمته مجهول بالنسبة لك . . وإذا اخترت إحدى اليدين فهذا مجرد تخمين منك غير قائم على أى أساس. اختيارك لإحدى اليدين هو اختيار عشوائى . .

وأنت تختار سوف تشعر بالتردد . . فد تقرر أن تختار اليد اليمنى . . ثم تتراجع لثوان وتقول لنفسك : قد تكون اليد

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

اليسرى . . هنا تشعر بالقلق . . وإذا صح اختيارك سوف تشعر بفرحة كبرى لأن تخمينك صدق . . لقد أصبت الهدف المتحرك وأنت معصوب العينين . . إنها لذة تفوق الذى يصوب ناحية هدف ثابت وهو حاد النظر . . لقد عثرت على القطة السوداء فى الحجرة المظلمة وأنت معصوب العينين . . إنه الانتصار على المجهول . . المجهول الذى يخفينا . . المجهول الذى لا نعرف عنه شيئًا . . المجهول الذى لا نعرف ماذا يخبئ لنا . . المجهول الذى يؤكد جهلنا وعجزنا . .

الإنسان دائمًا يعشق توقع نتائج من أحداث عشوائية وهو على استعداد أحيانًا أن يخاطر بأمواله وحتى بحياته من أجل أن يتوقع شيئًا وأن يكون توقعه صحيحًا . . وفى ذلك الانتصار على القلق . . قلق التحرك فى غرفة مظلمة معصوب العينين . . وفرحة العثور على القطة السوداء . . وهذه الحجرة المظلمة ندخلها بإرادتنا . . والعصابة نضعها على أعيننا بأيدينا . . أى أننا نخاطر . .

* نخاطر لأن هذا عشق الإنسان ليثبت أنه قادر على سبر أغوار المجهول . . قادر على توقع نتائج صحيحة من خلال أحداث عشوائية .

* نخاطر من أجل كسر جبال الملل الجاثم فوق نفوسنا . . الإثارة تأتى من محاولة التوقع رغم عشوائية الموقف . .

* نخاطر لكى نذيب الاكتئاب المسيطر على نفوسنا ، فالاكتئاب موت وركود . . الاكتئاب كثلاجة الموتى تحتوى الإنسان وهو

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

حى . . ولا سبيل للهروب منها إلا بلحظات إثارة تكون كالنار التى تتراجع أمامها الثلوج . .

* نخاطر . . فإذا فشلنا نشعر بشفاء نفوسنا التى يعذبها الإحساس بالندم لذنب اقترفناه . .

وهكذا القمار يا صاحبى . . فهو اتفاق بين شخصين أو أكثر . . وينتقل المال من واحد إلى الآخر . . فمكسب إنسان يكون على حساب خسارة إنسان آخر . . ونتائج اللعبة تعتمد على المخاطرة فى موقف غير مؤكد . . أى أن النتائج غير معروفة . . هذه الرغبة غير مفهومة . . ولكن فى كل الأحوال الحصول على المال ليس هو الهدف . .

أقرأ لك سطوراً من الدراسة التى قام بها عالم النفس الشهير فرويد عن الكاتب المبدع ديستوفسكى . . كتب فرويد يصف ديستوفسكى : «كان هدفه الأساسى اللعب فقط . . لم تكن هناك أى رغبة أو طمع فى المال . . لم يكن ليهدأ أو يستريح أو يتوقف عن اللعب حتى يفقد كل ما لديه من مال . . كان القمار بالنسبة له عقاباً للذات . . بمجرد أن يستريح ويتخلص من الإحساس بالذنب ويشعر أنه عاقب نفسه بما فيه الكفاية . . حينئذ فقط يستطيع أن ينتج ويبدع» .

القمار عرض وليس مرضاً . . قد يكون عرضاً لمرضى الاكتئاب . . محاولة لبعث الحرارة فى ثلاجة الموتى التى تحتوى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

نفسه . . محاولة لبعث الحركة فى مجرى دمائه الراكدة . . محاولة لإثارة عاصفة تمحو بعض الأسن الذى غطى روحه . . المقامرة بالنقود وليس من أجل النقود . . ولابد من الخسارة لأنها بديل الانتحار . . ولا علاج إلا بعد علاج الاكتئاب . .

وقد يكون القمار عرضًا فى مرض الهوس . . والهوس عكس الاكتئاب تمامًا . . حيث الفرحة العارمة الزائفة والنشاط والحماس والاندفاع والانفصال عن الواقع وعدم إدراك العواقب . . مريض الهوس قد يبعثر نقوده فى الشارع بلا وعى وأيضًا يبعثرها بلا وعى على مائدة القمار . .

وقد يغرق الإنسان نفسه على مائدة القمار للهروب من الضغوط والمشاكل التى تحاصره . . ضغوط من كل جانب ومشاكل بلا حلول . . بعضها مشاكل عاطفية . . بعضها مشاكل زوجية والمقامرة هنا تكون وسيلة لمعاقبة الطرف الآخر . .

والقمار قد يكون رغبة قهرية . . شيئًا يشبه مرض الوسواس القهرى حين تسيطر على الإنسان فكرة أو رغبة اندفاعية لا يستطيع أن يقاومها . . رغبة قهرية وحنين إلى اللعب مع الشعور بالخوف لأنه فقد السيطرة . . ويظل يلعب حتى يفقد ماله أو يتعرض للسجن . . وهنا تزيد الرغبة العارمة . . هذا النوع هو الذى يسبب أكثر المشاكل الاقتصادية والاجتماعية . . وإذا كان يشغل منصبًا حساسًا يظل يلعب لسنوات دون أن يكشف أحد أمره . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

والقمار أحيانًا يكون وسيلة لعقاب الذات . . إنه الإحساس بالذنب المسيطر فى حالة الاكتئاب بالرغم من عدم وجود أعراض اكتئابية واضحة .

وقد يكون فترة عابرة فى حياة الإنسان تحت تأثير الأصدقاء . . المقامرة هنا تكون غير منتظمة . . ويمكن مقاومتها . . ويمكن أن يتوقف نهائيًا إذا وجد مساندة ومساعدة من المحيطين الذين يهمهم أمره عن حب . . القمار إذن ليس مرضًا . . ولكنه سلوك مرضى لمعالجة مرض آخر أو معاناة . .

بعض الحالات تحتاج إلى علاج طبى نفسى . .

بعض الحالات الأخرى تحتاج إلى الحب . . الحب من إنسان مخلص يحرص عليه لينتشله برفق وليس بغضب .

●●●

خرجت من حجرتى لأنادى زوجته كى تشاركنا الحوار ولنتفق على خطة العلاج . فوجدتها قد غادرت العيادة . حينئذٍ أدركت مصدر معاناة مريضى .

❀❀❀

تم التحميل من مكتبتي

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الكل يقول: إنه زوجي
وأنا أقول: إنه رجل غريب!

ليست نكتة.. ولا حكاية للتسلية..

كل عائلتى تتعجب وتتألم عندما أصرخ وأقول: هذا الرجل ليس زوجى!

وهم جميعًا يؤكدون: إنه زوجى الذى أعيش معه من سنوات!

هل من المعقول أن أعيش مع رجل آخر غير زوجى المسافر لأن أهلى يريدون ذلك؟

فى العيادة النفسية أحاول إنقاذ حياتى من هذا الكابوس.

أحضرونى إليك ليثبتوا أنى مريضة.. ولكن عقلى سليم تمامًا.. وسوف تكتشف ذلك بنفسك.. أجبرونى على الحضور هنا.. اعتقادًا منهم أنى أهذى.. هكذا تعتقد أمى بإيحاء من هذا الرجل الذى يدعى أنه زوجى.. المصيبة أن أمى تصدقه.. ولكنى أقسم لك أنه ليس زوجى حقيقة إنه يشبهه تمامًا.. صورة طبق الأصل.. تطابق كامل بينه وبين زوجى.. ولكنه ليس زوجى.. لقد انتحل دور زوجى وهى يؤدى دوره بإتقان لدرجة أنه أقنع الجميع.. ولكنه لم يستطع أن يخدعنى.. سافر زوجى الحقيقى فى عمل.. وفوجئت بهذا الرجل يعود ليقول لى إنه زوجى.. يريد

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أن يمارس كل حقوقه معى . . ولكن هذا مستحيل . . مستحيل أن أعيش معه فى بيت واحد . . سأذهب إلى أى مكان فى انتظار عودة زوجى الحقيقى .

بمجرد أن رأيته أدركت أنه ليس هو . . استطاع أن يخدع عينى لثوانٍ محدودة . . ولكن سرعان ما اكتشفته أحاسيسى الحقيقية .

ولعلك توافقنى يا طبيب أن الإدراك الحقيقى الصادق يكون بالمشاعر وليس بالعينين .

العين ترى فقط الصورة . . والصورة يمكن تقليدها . . يمكن تزويرها . . وهذا هو ما فعله هذا الرجل . . لقد غير فى شكله فأصبحت صورته للعين مطابقة لصورة زوجى . . غير فى صوته أيضًا فأصبح يتكلم مثل زوجى يقلد حركاته وطريقة مشيه وطريقة كلامه . . لعله راقب زوجى طويلاً أو لعله أحد أصدقائه ويعرفه حق المعرفة . . ولذلك كان من السهل عليه تقليده . . استطاع أن يخدع الجميع لأنهم استقبلوه بعيونهم . . أما أنا فمشاعرى اكتشفت الحقيقة . . وذلك لأننى أحب زوجى . . وحين تحب . . فأنت ترى بمشاعرك . . وهذا هو معنى الحب يا سيدى . . حالة وجدانية يتحقق فيها ذوبان مشاعرك بمشاعر من تحب . . تظل الأجساد كما هى متباعدة . . وقد تفصلها أحيانًا آلاف الأميال ولكنك تظل على اتصال بحبيبك . . تظل ملتصقًا به كل الالتصاق . . تظل معه ويظل معك . . فإذا سألت نفسك كيف يتحقق هذا الالتصاق والأجساد

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

متباعدة؟ تجيء الإجابة هنا لتؤكد معنى الحب وهو أن امتزاجًا حقيقيّاً يحدث وينتهى الأمر، ليتكون كيان واحد من كيانين.. إنه حالة من التوحد بين مشاعرهما، ولكن يظل كل منهما محتفظًا بكيانه المادى الجسدى.. إذن الجسد لا يؤدى أى دور فى عملية الحب.. فالجسد بالنسبة للإنسان لا يخدم معنى الإنسان.. حدود الإنسان أكبر من حدود الجسد.. الإنسان طاقات فكرية ووجدانية.. الإنسان فى حد ذاته معنى وتجيء حياته على الأرض لتؤكد معنى، والمعنى الخالد هو الحب.. ويجيء حب إنسان لإنسان تأكيداً للمعنى.. معناه كإنسان ومعنى حياته فى الدنيا.

ورغبة الحبيبين فى التلاقى بأجسادهما إنما هى محاولة لربط جسدهما بمشاعرهما.. فالمشاعر متوحدة ممتزجة فلتكن الأجساد كذلك.. ويقول لسان حال كل حبيب فى تلك اللحظات.. فليفنى جسدى فى جسدك.. تمامًا كما فنيت روحى فى روحك.. إنها حالة من القلق لتحقيق الامتزاج الكامل جسداً مثلمًا تحقق روحًا.

وكأن كلاً منهما يأبى على جسده.. أن يكون منفصلاً مبتعداً عن جسد حبيبه.. ولذلك فإن رغبة اللقاء هنا لا تكون رغبة جنسية ولكنها رغبة لتحقيق سعادة للوجدان.

قبل سفر زوجى كنت ألح عليه أن يبقى بجوارى كل الوقت.. أن يتلاقى جسدنا كل يوم.. كنت أتمنى أن يتحقق الذوبان لجسدى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

كما يتحقق لوجداني . . وكنت أريد أن أشعر برغبة جسده في الذوبان ليؤكد لي ذوبان وجدانه . . وحين سافر حبيبي فإنه سافر بجسده . . أما وجدانه فمعي . . في داخلي . . ولهذا لم يستطع هذا الرجل الغريب أن يخدعني بهيئته . . اكتشفت مشاعري تزويره . . ولهذا تأكد لعيني أنه رجل مختلف يؤدي دور زوجي مستغلاً التطابق في الشبه . . تماماً كالممثل الذي يطلقون عليه «الدوبلير» الذي ينوب عن الممثل الحقيقي بأن يقوم هو بتأدية دوره .

سيؤكد لك هو أنه زوجي الحقيقي . . أمي ستقنعك بذلك . . سيطلبون منك أن تعالجني . . ولكن أنا لست مريضة . . أنا واعية ومدركة تماماً لكل شيء من حولي . . أذهب إلى عملي كل يوم وأتحمل مسئولياتي كاملة . . لم يشك مني أحد . . تصرفاتي كلها سليمة ومتزنة . . اسأل كل الناس عني . . أطلب مساعدتك في أن تخلصني من هذا الرجل . . هل يرضيك أن أعاشر رجلاً غير زوجي؟!

لقد عاملته أسوأ معاملة . . في كل دقيقة أؤكد له أنني أكرهه . . أنني أحتقره . . أنني أرفضه . . حاولت طرده من بيتي ولكنه تشبث بالبقاء لأن الكل يعتبرونه الزوج الحقيقي . . حتى البواب يعامله على أنه صاحب البيت .

حاولت أن أهرب أنا ولكن أمي منعتني إذا لم يبتعد عني سأشكوه للبوليس ليكتشفوا تزويره . . وإذا لم يصدقني أحد . . إذا لم ينقذني أحد منه فليس أمامي سبيل إلا أن أقتل نفسي . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

لا شك أن هذه السيدة تعانى . . تعانى لأن رجلاً غريبًا يأخذ مكان زوجها . . قمت بالكشف على قواها العقلية . . فوجدت أنها سليمة فيما عدا شيئًا واحدًا . . وهو أنها تعانى اضطرابًا واضحًا فى محتوى تفكيرها . . فكرة خاطئة تسيطر عليها وتؤمن بها إيمانًا راسخًا غير قابلة للتعديل وهى أن زوجها قد استبدل برجل آخر . .

قابلت الأم . . لجزعها وألمها من أجل ابنتها لم أستطع الحصول على أى معلومات منها إلا أن ابنتها أصيبت بحالة اكتئاب منذ خمسة عشر عامًا بعد وفاة أبيها . . فامتنعت عن الطعام والكلام وهزلت . . وفى هذه الفترة اتهمتها أنها ليست أمها . . وأنها سيدة غريبة تريد أن تحتل مكان أمها . . ولكن الحالة لم تستمر طويلاً بعد علاج قصير وعادت إلى حالتها الطبيعية .

قابلت الزوج . . فى الخامسة والأربعين من عمره . . يكبرها بخمس سنوات قلقه على زوجته كان مصحوبًا ببعض مشاعر الذنب . . فلقد أساء معاملتها فى العام السابق على مرضها .

كان دائم الانشغال عنها بعمله الذى كان يقتضى سفره لفترات طويلة . . وصفها بأنها كانت حساسة وغيورة سريعة الانفعال ، تصيبها حالة من الكآبة البسيطة لمدة أسبوع كل شهر قبل الدورة الشهرية .

فى العام الأخير كثرت خلافاتهما واعترف بأنه سئم الحياة معها لعصبيتها الشديدة وغيرتها المزعجة التى وصلت فى الفترة الأخيرة

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

إلى حد اعتقادها بأنه متزوج من سيدة أخرى.. وفى الشهر السابق على مرضها كانت تصر على أن يبقى معها لأنها تشعر بالخوف.. وكانت تطلب منه -على غير عادتها- أن يلتقى بها فى الفراش.. وأزعجته جرأتها وكان فى معظم الأحوال لا يلبى رغبتها.. وسافر لعمل وعاد بعد عشرة أيام ليجدها تصرخ فى وجهه بأنه ليس زوجها الحقيقى.. بل هو شخص آخر يأخذ مكان زوجها..

مرض أم عرض..؟ أى هل هذه الحالة مرض مستقل بذاته دون وجود أعراض أخرى أم هى أحد المظاهر لمرض آخر؟

من النادر أن تكون حالة مستقلة.. وفى الغالب نرى أعراض مرض الاكتئاب ومرض الفصام.. أكثر فى النساء.. ولكنها قد تصيب الرجال أيضًا.. وهى تسمى حالة «كايجراس» أو «هذاء الثنائية».

مريض الاكتئاب يعتقد أن أطفاله قد استبدلوا وأن هؤلاء الأطفال الذين يعيشون معه الآن ليسوا أطفاله الحقيقيين.

الشاب المصاب بالفصام يؤكد أنه لا يعيش حالياً مع والديه الحقيقيين.. وإنما هذان الشخصان يحتلان مكان والديه.. ولهذا فهو يرفض التعامل معهما..

والسيدة المتقدمة فى العمر والتى أصابها الفصام أخيرًا.. تؤكد أن الرجل الذى يعيش معها الآن ليس زوجها وإنما هو رجل غريب يأخذ مكان زوجها..

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

يظهر هذا العرض مع بداية المرض أو أثناء تطوره . . والشخص المتهم يكون أحد الأقرباء كالزوج أو الوالدين أو الأبناء أو الأشقاء . . الشخص المتهم هو صورة طبق الأصل من الشخص الحقيقى ، ولكنه ليس هو . . يقر المريض هذه الحقيقة وهو فى كامل وعيه وانتباهه . . أى لا يوجد أى اضطراب فى حواسه ولا يوجد أى تشوش فى الوعى . . والإدراك هنا سليم تمامًا . . ولكن المريض يعانى من اضطراب فى وجدانه أسقطه على تفكيره فتكون لديه الاعتقاد الخاطئ بأن شخصًا قد حل محل شخص آخر وأنه بالرغم من تطابقهما الشكلى إلا أن عواطفه تدرك الحقيقة . .

إذن هناك انفصال عن الواقع . . هناك خلل أصاب هذا الواقع . . إدراك المريض لهذا الواقع اختلف عن إدراك المحيطين به . . ماذا تقول هذه السيدة لزوجها الذى تعتقد أنه ليس زوجها . .

تقول : أنت لست أنت . . هناك رجل فى داخلى . . ورجل خارجى . . زوج حقيقى . . زوج ليس حقيقيّاً . . هناك اثنان . . متشابهان . . أحدهما أعترف به والآخر لا أعترف به . . رجل أحبه ورجل أكرهه . . رجل أريده ورجل لا أريده . .

أنت . . أنت أكرهك . . أنت إنسان سيئ . . لا أريد الحياة معك . . اخرج من حياتى . . إذا أردت أن تعيش معى فلن تجدنى . . سأنتحر ولن يبقى لك شىء . . أنا أريد الرجل الآخر الذى أحبه . . الذى أحببته طوال عمرى . . الرجل الطيب . . الرجل الذى يحبنى . . الرجل الذى يرغبنى . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

إذن هي الثنائية الوجدانية . . الحب والكراهية معًا . . لا يمكن أن يجتمعا . . لأنه لا يمكن أن تحب وتكره في نفس الوقت . . ولهذا لا بد من اثنين . . أي لا بد أن ينقسم الواحد إلى اثنين . . أحدهما تحبه والآخر تكرهه . . أحدهما تحتفظ له بمشاعر الحب الموجودة منذ زمن بعيد . . والآخر تسقط عليه مشاعر الكراهية التي تكونت حديثًا . .

ولهذا قبل بداية الحالة كانت تريده . . كانت تلح عليه . . كانت تريد منه أن يؤكد حبه لها . . أن يؤكد رغبته فيها . . كانت أهمل أحاسيسها . . استهان بعواطفها . . مرحلة ما قبل ظهور الحالة . . كانت تشعر بالتهديد . . بأن حبه على وشك أن يموت . . داس على كل مشاعرها فكرهته، ولكنها لا تستطيع أن تكرهه لأنها تحبه . . ولهذا قبل بداية الحالة كانت تريده . . كانت تلح عليه . . كانت تريد منه أن يؤكد حبه لها . . أن يؤكد رغبته فيها . . كانت تشعر أنه ينفصل عنها . . أساء معاملتها . . مرحلة ما قبل ظهور الحالة . . كانت تشعر بالتهديد . . بأن حبه على وشك أن يموت . . داس على كل مشاعرها فكرهته، ولكنها لا تستطيع أن تكرهه لأنها . . ولهذا تكون عندما هذه الحالة الوجدانية المتناقضة . . الثنائية الوجدانية . . الحب والكراهية معًا .

لم يكن أمامها مفر إلا أن تنفصل عن الواقع . . أن تحتفظ لنفسها بصورة حبيبها الذي تحبه ويحبها . . هذا الصورة تعطيها

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الطمأنينة . . لا يمكن أن يهجرنى . . أسمع منه كلمات الحب . . أرى فى عينيه الرغبة وأنها مخلصة له وهو مخلص لى . .

ولكن هناك شخص آخر لا يحبنى ولهذا أنا لا أحبه . . شخص أكرهه . . شخص يشبه حبيبى . .

هذا التشبيه يتيح له أن تسقط عليه مشاعر الكراهية التى تشعر بها . .

ولهذا فإن كيان هذه السيدة قد تفكك . . وبذلك فقدت اتصالها بالواقع وسقطت فى دائرة المرض العقلى .

الحل لمشكلة التناقض الوجدانى أن الثنائية الوجدانية هو تصور وجود هذا الشخص الثانى لكى تسقط عليه مشاعر العدوان والكراهية دون أن تشعر بالذنب إذا وجهت هذه المشاعر لحبيبها . . فبينما احتفظت لحبيبها بالمشاعر الطيبة أسقطت المشاعر السيئة على شبيهه . . حدث ذلك بعد أن فشلت فى الحصول على الطمأنينة والتأكيد من حبيبها . .

الثنائية الوجدانية تخلق الشك وعدم التأكد، وبذلك يزيد تدريجياً التوتر الداخلى فى شخصية تعانى أساسًا من الحساسية الزائدة والغيرة . . وبذلك يعانى الوجدان أشد المعاناة . . الوجدان الذى أحب . . ومن منطلق الحفاظ على هذا الحب تم تصور وجود شخص ثانٍ . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

والحقيقة كما حاولت هذه السيدة أن تعبر عنها هى أننا ندرك بمشاعرنا . . أو بمعنى أدق فإن إدراكنا الحسى يتشكل بمشاعرنا، أو أن عملية الإدراك الحسى (من خلال الحواس) . . تكتسب معناها من خلال مشاعرنا وعواطفنا . . هكذا يتم إدراك الإنسان لذاته وإدراكه للناس من حوله وأيضًا إدراكه للأشياء . .

أجهزة الإحساس ما هى إلا قنوات توصيل . . وما نراه أو نسمعه أو حتى نلمسه يكتسب معنى . . والمعنى يتم من خلال الوجدان . . إذن الإدراك الحقيقى يتم عن طريق الوجدان . .

هكذا نستقبل عالمنا . . أو هكذا نشعر به فنستقبله . . أو هكذا هو داخلنا فنراه خارجنا . .

إذا حدث الانفصال بين الإحساس والمشاعر نتيجة الاضطراب الوجدانى، فإن الإنسان لا يقول إن وجدانه مضطرب ولكنه يقول إن الأشياء قد تغيرت أو اختلفت . .

فإذا انفصلت مشاعره عن إحساسه بذاته أصابه اختلال الآنية . . وإذا انفصلت مشاعره عن إحساسه بالعالم الخارجى رأى أن هذا العالم قد اختلف وتغير أى اختلال الواقع . .

أما إذا أصيب وجدانه بالتناقض فإن الانقسام يحدث . . حالة وجدانية بالحب . . وحالة وجدانية بالكراهية . . وهذا ما لا يقوى عليه الإنسان . . إذن لا بد من عملية إسقاط . . الكراهية على

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

شخص . . وإسقاط الحب على شخص آخر . . هذه الثنائية المتعلقة بشخص واحد تحل مشكلة الثنائية الوجدانية .

وسواء كانت هذه الحالة تظهر مستقلة أو إذا ظهرت كعرض فى مرض الفصام أو مرض الاكتئاب . . فإنها حالة وجدانية تؤدى إلى اضطراب التفكير فينفصل الإنسان عن الواقع . . أى أنها اضطراب أولى فى الوجدان . . الوجدان الذى يتمسك بحبه وحبيبه . . الوجدان الذى يلح فى طلب التأكيدات من الحبيب . . فإذا أنكره الحبيب لا يستطيع أن يعترف بموته تمامًا كحالة كل إنسان حين ينكر الموت . . حين يموت لنا إنسان عزيز تمر بنا حالة إنكار لموته ، لا نصدق أنه مات بل يلازمنا شعور بأنه لا يزال على قيد الحياة وأنه فى سفر ، وسنفاجأ به يطرق الباب ويعود ليشاركنا حياتنا . .

ما أفظع الموت حينما يختطف حبيباً . .

ما أفظع الموت حينما يختطف حباً . .

❀❀❀

تم التحميل من مكتبتى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

في بيتنا لص..!

زوجى مهندس كبير.

وأنا.. أستاذة جامعية..

أما ابنتى الجميلة المدللة: فإنها لصة!!

إنها تذهب إلى الجامعة بسيارة خاصة أنيقة.

وما تنفقه عن ملابسها وعطورها يزيد علي مرتب وكيل وزارة..

ومع ذلك: فإنها تسرق.!

نعم.. تسرق أشياء صغيرة لتقع فى مشاكل كبيرة..

لماذا يحدث ذلك؟

وكيف تتوقف عن هذه الأعمال الرديئة؟

أحاول البحث عن الإجابة فى العيادات النفسية..

** استطاعت أسلاك التليفون أن تنقل بوضوح قدر الهم فى صوت الأم الحزينة وهى تقول بأسف وأسى: لا أصدق أن ابنتى لصة.. لا شك أنها مريضة.. جاءتنى أم صديقتها لتخبرنى أن ابنتى سرقت من بينهم عشرة جنيهات.. وهذه هى المرة الثانية.. فى المرة الأولى شكوا فى أمرها.. فرتبوا لها طعماً وراقبوها فى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

المرة الثانية وأثبتوا عليها السرقة . . صرخت فى وجهها واتهمتها هى وابنتها بالكذب أو الجنون . . وباندفاع فتحت باب منزلى لتغادره مطرودة . . تماسكت السيدة وقالت بهدوء : لقد جئت لمساعدتك ومساعدة ابنتك . . أنا أعلم أن ابنتك فى حقيبة يدها أضعاف هذا المبلغ التافه . .

أحسست فى كليهما الصدق الذى جعلنى أتيقن أن ابنتى قد فعلتها . . ولكننى أصررت على خروجها لأثبت لها -بيأس- عدم تصديقى والذى يعنى أن ابنتى لم تسرق . . وبلا روية اندفعت بجنون ناحية ابنتى فوجدت دموعها أسبق من سؤالى . .

كصاعقة هبطت فجأة من السماء بلا إنذار . . دقت أجراس الإنذار فى المتجر والكبير بإحدى العواصم الأوروبية فاندفع رجل الشرطة نحو السيدة التى كانت فى طريقها إلى خارج المتجر عبر الباب الذى دقت من عنده الأجراس . . وفى حجرة التفتيش أخرجوا من حقيبتها «بلوزة» لم تدفع ثمنها . . أراد زوجها أن يؤكد أن هناك خطأ ما . . ولكن قرأ فى وجه زوجته الحقيقة . . ولأن البلوزة كانت رخيصة الثمن متواضعة القيمة وأيضًا لا تناسب مقاسها . . ولأنها كانت قد دفعت مئات الجنيهات لأشياء اشترتها فعلاً من المتجر . . ولأنهم تحققوا من المكانة الاجتماعية المرموقة التى يشغلها زوجها فى بلده . . لذلك قرروا الإفراج عنها . . ونصحوا زوجها بعلاجها عند عودتها للوطن . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

جلست أمامى باعتدال شامخة الرأس باردة النظرات . . توحى ملابسها والمجوهرات التى تدلت من أذنيها والتفت حول رقبتها وأحاطت بأصابعها بثراء وفير . . وأيضًا أصيل عريق لحسن تناسق مظهرها . . الأمر الذى ساعد فى تضخى هالة الكبرباء التى تشع منها . . ولكنها حين بدأت تتكلم بصوت متداعٍ بدت كجبل من طين هش أخذ فى الانهيار لعدم تماسك داخله .

قالت : أرجوك احمنى من نفسى . . لقد تعرضت اليوم لأقسى موقف فى حياتى . . أدركت معنى أن يتمنى الإنسان فى موقف ما أن تنشق الارض لتبتلعه حتى وإن كان فى ذلك هلاكه . . المعنى هنا أنه يريد أن يهرب من تلك العيون التى تدينه وتشعره بالخزى . .

كنت فى زيارة أعز صديقاتى . . ذهبت لتعد لنا قهوة اعتدنا أن نشربها معًا فى لقاءات مودة . . عاودتنى حالة القلق التى أشعر بها عند كل زيارة لهذا المكان . . أخذ توترى الداخلى يتصاعد تدريجيّاً حتى وصل إلى حلقى فشعرت بجفافه وكأنه انشق فتعرض لشمس حارقة . . اهتز كل جسدى وانتقض قلبى بعنف . . فدارت عينى فى المكان فبصرت زجاج عطرها على مقربة منى . . داهمتنى الرغبة فى أخذها . . حاولت أن أقاوم ولكننى فشلت فى مرات سابقة . . تحركت قدماى بلهفة وخوف . . وقعت يدى المشتاقة عليها فتلذذت بملمسها وأحسست بسعادة غامرة وزال عنى كل توترى . . فتحت حقيبة يدى بسرعة وإذا بصديقتى فوق رأسى . . رمقتنى بنظرة تجمَّع

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فيها خليط من الدهشة والعتاب والاحتقار . . فانهارت أصابعي ووقعت زجاجة العطر على الأرض . وفاحت رائحة العار من العرق الذى بلل كل جسدى . .

قالت صديقتى بصوت فيه تهكم وحسرة : الآن زال عجبى وأدركت سر اختفاء أشياء منى كل مرة تشرفيننى فيها بزيارتك . .

لا أدرى إذا كنت قد غادرت منزلها بإراتى أم بناء على رغب منها . . أما وقد انكشف أمرى . وهذا ما كنت أخشاه وأتوقعه . . فلا مفر من أن تحاول أن تساعدينى . .

تعرف الحالة فى الطب النفسى باسم «جنون السرقة» . . وهى ليس بجنون وأيضًا ليس بسرقة . . لأنها حالة غير سوية فقد أطلق عليها بتجاوز مخل جنونًا . . ولأنها تمثل اعتداء على ممتلكات الآخرين فقد أطلق عليها بتجاوز مخل سرقة . . فهى ليست جنونًا لأن صاحبها لا يعانى من أى اضطراب فى التفكير أى لا تسيطر عليه الهذاءات أو الضلالات . كما لا يعانى من أى هلاوس . . بل إن شخصيته متماسكة وسلوكه الاجتماعى سوى . . ولا يبدو عليه أية أعراض مرضية . .

وهى ليست سرقة لأن السارق يخطط . . وينوى . . ويرغب فى الشيء المسروق . ويستعمله ويستفيد به بعد إتمام السرقة .

الحالة هنا مختلفة . . فالمريض يعانى . . من فشله للتكرار فى مقاومة رغبة ملحة بالسرقة . . أي أن هناك رغبة ملحة تدفعه ليمد

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

يده. ولكنه يقاوم ويقاوم.. ولكنه يفشل في مقاومته.. أي إن هناك قوتين متعارضتين.. قوة تدفعه للسرقة.. وقوة أخرى تحاول منعه، لأن السرقة حرام.. ولأنها مخلة بالشرف.. ولكن رغبة السرقة تنتصر. ويفشل المريض في مقاومتها في كل مرة..

اللص الحقيقي لست لديه هذه القوة التي تقاوم رغبة السرقة.. ورغبة السرقة لا تأتي بشكل مفاجئ قهري وملح، ولكنه يخطط لها. وقد يشترك معه آخرون.

ومريضنا أو مريضتنا لا يقصد الشيء المسروق لذاته.. فهو لا يسرق بقصد اقتناء هذا الشيء أو استعماله والاستفادة منه.. أي لا يسرق للقيمة المادية للشيء المسروق.. فالأشياء المسروقة إما أن ترمى أو ترد لأصحابها أو يقوم بإخفائها للأبد.. أما اللص الحقيقي فهو يبغي الشيء المسروق للاستفادة المادية من ورائه..

ومريضنا يملك المال لشراء هذا الشيء.. أي أنه لا يعاني حرمانًا ماديًا.. ويستطيع بسهولة أن يشتري هذا الشيء المسروق والذي قد لا يتجاوز ثمنه قروشًا أو جنيهات معدودة.. فهو لا يسرق مثلاً مئات أو ألوف الجنيهات. وإنما قد يسرق عشرة جنيهات.. وهي لا تسرق فراء ثمينًا بآلاف الجنيهات.. ولكنها تسرق بلوزة لا يتجاوز ثمنها عشرة جنيهات.. وهذا يكشف لنا عن حقيقة مهمة.. وهي أن عملية السرقة هي الهدف وليس الشيء المسروق.. لأنه في كل الأحوال يكون شيئًا تافهًا هو في غنى عنه. ويملك أكثر منه ويستطيع اقتناءه بالشراء بسهولة.

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

كيف تتم عملية السرقة . . ؟

بلا أى تخطيط أو إعداد أو فكرة مسبقة . . وفجأة تقع عيناها على الشىء . . فيتصاعد داخلها وبسرعة الإحساس بالتوتر . . قد يصاحب ذلك أعراض فسيولوجية كسرعة ضربات القلب والعرق وجفاف الحلق وتزوغ عيناها . . مع عدم القدرة على التركيز . . ولكنها تظل محتفظة بوعيها الكامل . . وتسيطر عليها رغبة قهرية فى سرقة هذا الشىء . . ولكنها تقاوم وتقاوم . . وفى النهاية تفشل مقاومتها . . فتتحرك بحذر نحو هذا الشىء . . وتنتهز الفرصة لتلتقطه بسرعة وتخفيه . . فى تلك اللحظة الحاسمة يزول عنها تمامًا التوتر بل وتشعر بالاسترخاء والتلذذ والإحساس بالإرضاء . . تمامًا كما يشعر العطشان بالارتواء . . هو نفس الإحساس بإطفاء العطش . . التخلص من التوتر هو يحقق الشعور بالرضى واللذة . . بعدها قد لا تشعر بالذنب . . ولكن فى بعض الأحيان يكون هناك إحساس بالتعاسة والاكتئاب والشعور بالذنب . . وقد يكون هناك قلق وخوف من العواقب . . ثم تنسى تمامًا الشىء الذى سرقته . . ولهذا تتخلص منه بسرعة . . قد تعيده إلى أصحابه . . وقد تقذف به فى الطريق . . وأحيانًا نخفيه فى مكان مأمون دون أى رغبة فى استعماله أو الاحتياج له فى وقت لاحق . .

وتعاودها الحالة مرات ومرات . . ويصاحبها نفس الفشل . . وليس بالضرورة أن تسرق فى كل مكان من نفس المكان أو من نفس الأشخاص أو نفس الأشياء . . فهى لا تعرف متى ومن أين وممن ستسرق فى المرة القادمة . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وتسأل بعد إتمام السرقة . . لماذا؟ لماذا فعلت ذلك . . ؟

ولكنها لا تستطيع أن تجيب نفسها . . ولا تستطيع أن تجيب المحقق إذا اكتشف أمرها . . ولا تستطيع أن تجيب الطبيب عن دوافعها الشعورية . . فالدوافع الحقيقية موجودة فى اللاشعورية وهى لا تعرف عنها شيئًا . . فهى حائرة من أمر نفسها . . فهى تعى وتدرك أن الإنسان قد يسرق حين يكون محتاجًا لما يسرقه أو يسرق لطمعه وشراهته . . أو يسرق لاضطراب فى أخلاقه وسلوكه . . ولكنها ليست كذلك . .

هل هى رغبة فى إيذاء الآخرين حين تأخذ ما يمتلكون؟

بلا شك ليست هناك رغبة فى شىء محدد . . ولكنها الرغبة فى الفعل . . واللحظات الحاسمة هى تلك التى تلتقط فيها هذا الشىء . . والضحية قد تكون أعز صديقة أو شقيقة أو الوالدين . . وقد تتم السرقة من مكان عام كالنادى أو مكان العمل أو متجر كبير وهى أكثر فى النساء . . وأكثر بعد سن الثلاثين . . غالبًا ما تكون بين الأربعين والخمسين . . وتكثر أيضًا فى مرحلة المراهقة وتحت سن العشرين . . والغريب أنها تزداد قبل الدورة الشهرية أو أثناءها .

هناك تفسيرات نفسية عديدة . ولكن السمة الغالبة أنها إنسانة تعانى من الوحدة والشعور بأنها منبوذة . . والسمة الغالبة أيضًا أنها تعانى من قلق مزمن مع مشاعر مسيطرة بالتعاسة تصل فى بعض الحالات إلى اكتئاب فعلى . . فكل الأبحاث أثبتت بشكل قاطع

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أن نسبة كبيرة من هذه الحالات تعانى من حالة اكتئاب . . وذلك يفسر السرقات التى تحدث من مرضى الاكتئاب والهوس الدورى . . ويفسر أيضًا ارتفاع نسبة حدوثها قبل أو أثناء الدورة الشهرية . . ومن المعروف أن المرأة تعانى من اضطرابات انفعالية أهمها الاكتئاب بسبب الدورة . .

فرويد يرى أن أى سارق لديه إحساس بالذنب على مستوى اللاشعور . وإنه بحاجة إلى العقاب . . ولهذا فهو يسرق حتى يكتشف أمره ويتم عقابه . . وبذلك يتخلص من مشاعر الذنب .

ولكن هناك إجماع بين المحللين النفسيين أن أصل المشكلة يرجع إلى مرحلة الطفولة حين يتعرض الطفل للإهمال وجرح المشاعر وافتقاد الحب . . الحب الذى يحقق الإرضاء واللذة . . ولهذا يظل يعانى من الحرمان العاطى ، الحرمان الذى تعرض له فى أهم مراحل نموه النفسى . . ولهذا فهو يسرق أى شىء . . لعل ذلك يحقق له حالة الإرضاء . . إنه يأخذ من الآخرين أشياء كبديل لحبهم المفقود .

إنها الرغبة فى امتلاك أشياء للحصول على قوة يحارب بها حالة فقده المعنويات . . هذا الإنسان يفقد معنوياته بسرعة . . لأقل مؤثر خارجى تهبط منعوياته . . والمؤثر يأتى من خلال اضطراب علاقته بالآخرين ، خلاف أو صراع أو إهمال أو نبذ . . بسرعة يداهمه الاكتئاب . . يغوص بالاحتياج إلى نظرة حنان أو كلمة ود . . يشعر بالاحتياج إلى الطمأنينة من خلال حب الآخرين واهتمامهم . . بسرعة أيضًا تنخفض المعنويات حين يفتقد هذه الأشياء .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

حين تتم عملية السرقة فإنه يأخذ شيئًا ويمتلكه . . والسرقة تتم تحقيقًا لرغبة قهرية . . أى أن هناك احتياجًا ملحًا . . وبعد أن يأخذ هذا الشيء تطمئن نفسه وتهدأ . . يشعر بالإرضاء . . إنه بديل الإرضاء العاطفى . . وبما أن السرقة تمثل عدوانًا على الآخرين . . فهذا يعنى أن رغبة الامتلاك ليست خالصة وحدها . . وإنما يصاحبها رغبة عدوانية تجاه الآخرين . . فالآخرون هم الذين نبذوه وعزلوه وحرموه من الحب . .

إذن هى تعبير عن عدوان لا شعورى كامن . . عدوان سببه الألم والإحباط . . فمشكلة الإنسان هى إنسان آخر أو مجموعة من الناس كان له أو لهم تأثير سلبى فى حياته . . وخاصة فى طفولته . . تركوا آثارًا لجروح على جدار نفسه . . فأصبح حساسًا لأى مشكلة إنسانية . . أصبح حساسًا لموقف الآخرين منه ومشاعرهم تجاهه . . لا يستطيع أن يصمد لغدر الآخرين أو تنكرهم له أو اتحادهم ضده . .

فساد الهواء السارى بينه وبينهم يخنق صدره بسهولة ويهدد حياته . . اختفاء نبرات الود من أصواتهم تحرق أذنيه . . نظرات العداء السخرية فى عيونهم تفقأ عينيه . . حين يولونه ظهورهم يشعر بالغربة والضياع . . حيث ترفض أيديهم مصافحته تنهزم نفسه ويشعر بالضآلة .

إذن هى حالة من الحساسية ورثها فى طفولته نتيجة لاضطراب العلاقة مع الأب والأم . . وتعاود الحساسية الظهور حين يتعرض

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

لمواقف إنسانية مشابهة يشعر فيها بالوحدة والعزلة . . فيداهمه الاكتئاب . . ولا سبيل للتخلص من هذا الاكتئاب إلا أن يمد يده لشيء يمتلكه إنسان آخر . . إنها لحظة إثارة تخدر أحاسيسه القلقة . . لحظة إثارة يحتاج إليها ليوقظ أحاسيسه الراكدة بفعل الاكتئاب . . لحظة إثارة لرفع معنويات متداعية هبطت إلى القاع . .

**** تقول فتاة الجامعة التى سرقت من بيت صديقتها عشرة جنيهات:**

هجرنا أبى منذ خمس عشرة سنة حين كان عمرى أربع سنوات لسوء معاملة أمى له . . عشت مع أمى وجدتى فى شبه قصر يزخر بحجراته الخاوية الباردة . . عالمى كان حجرتى التى تفصلها مئات الأميال عن حجرة أمى التى عاشت فى عزلة بعد أن هرب منها زوجها . .

انقطعنا عن العالم وانقطع عنا . . ولا أذكر يومًا أن صديقًا ودودًا طرق بابنا . . وكل من يحاول أن يقترب منا هو من وجهة نظر أمى يطمع فينا ويريد استغلالنا . . فالعالم كله سيئ ملىء بالأشرار والانتهازيين . . ولا أعتقد أن معاملتها لى اختلفت عن معاملتها مع أبى الذى فر بجلده . . كنت أشعر وكأن بيتنا مدرسة أنا الطالبة الوحيدة فيها وأمى هى الناظرة التى تفرغت للطالبة اليتيمة . . فى أوقات كثيرة كنت أشعر أنها تكرهنى لأنى أشابه أبى شكلاً وعماتى سلوكًا . . كانت دائمًا تنعى حظى وحظها لأنى اكتسبت الصفات الوراثية لأسرة أبى . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولم أرث منها ومن أسرتها بعض فضائلها الشكلية والسلوكية . . راودتنى كثيرًا فكرة الهروب مثلما فعل أبى . . وحين كنت أنهار وأعترض كانت تبكى بضعف مؤكدة حبها لى وإننى الأمل الوحيد الباقى فى حياتها . . وأنها تريدنى أن أكون أحسن الناس . .

تنفست الصعداء حين التحقت بالجامعة لأرى العالم وأعايشه وأتعامل معه بحريتى وإرادتى . . ولكننى صدمت بعجزى عن التعامل مع الناس . . التعامل الذى يقتضى أن تعطى مثلما تأخذ . . أحسست بالغربة والاختلاف . . شعرت أننى منبوذة وحيدة . . كنت أعود إلى بيتى منهارة وباكية وتصاعدت مشاعرى السلبية تجاه أمى وأيقنت أنها السبب فى عجزى . . كانت حجتها أنها أرادت أن تحمينى من خبث الناس . . تمامًا مثل الأم التى تحمل طفلها لأنها تخشى عليه الوقوع والإصابة إذا حاول أن يشمى حيث تضمر عضلاته عن المشى حين يكبر . . سيطر الاكتئاب على حياتى . ولم أكن أستطيع أن أتكلم أو أشكو . . حتى راودتنى الرغبة الملحة فى أن تمتد يدى إلى أشياء لا تخصنى . . وكانت البداية مع أشياء أمى . . ولم تتصور إطلاقًا أننى السارقة . . وفى كل مر يختفى شىء كانت تتهم الخدم حتى فروا منها . . وتحملت كل الأعباء بمفردها . .

وفى العام الجامعى الثانى نجحت فى إقامة علاقة مع صديقتين . . فهدأت نفسى وزال عنى هذا العرض السخيف . . ولكننى صدمت بعنف حينما ابتعدتا عنى . . وأصبحتا أكثر اقترابًا

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

من بعضهما وتركانى وحيدة معزولة . . فساءت حالتى أكثر . وأصابتنى مرارة دائمة . . وعاودتنى رغبة السرقة . . ولكنها فى هذه المرة خرجت من نطاق بيتى إلى أى مكان أتواجد فيه وخاصة فى أى بيت أزوره . . أقاربى أو زميلاتى . . كنت أشعر بالهدوء النسبى بعد أن تتم السرقة وكأننى حققت انتصاراً أستحق عليه مكافأة . . وكانت سعادتى مضاعفة حين كنت أسرق من إحدى زميلاتى . . كنت أشعر بالنشوة وأنا أراها تبحث عن الشيء الذى فقدته حتى وإن كان قلماً رخيصاً ثمنه بضعة قروش . . واقتربت من زميلة أخرى وتوطدت بيننا صداقة كانت تبشر بعلاقة ودودة مستقرة . . وتصورت أن مشاكلى انتهت . . ولكننى فوجئت برغبة السرقة تعاودنى وأنا فى منزلها رغم حبى لها وحبها لى . . وكأننى كنت أتوقع منها الغدر وأنها ستنبذنى فى يوم من الأيام مثلما فعلت بقية الزميلات . . لا أفهم لماذا كنت أسرق رغم أننى أحتقر كل سارق . .

تقول السيدة التى ذهبت مع زوجها فى سياحة لإحدى الدول الأوروبية ثم ضبطوها بسرقة بلوزة رخيصة السعر من أحد المتاجر:

ولدت لأب سكير وأم تلعنه فى كل وقت . . وفى المرات المعدودة التى قبلنى فيها كنت أشعر بالاشمئزاز لرائحة لم تكن تفارق فمه . ربما لأن معدته لم تخل فى أى وقت من الخمر . . ساءت حالته الصحية وتعطل عن العمل . . واضطرت أمى للعمل حتى تعولنا . . شقيقتى الوحيدة التى كانت تكبرنى سناً وتقل عنى جمالاً

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

لم تأبه لما حدث فى بيتنا لأنها استطاعت أن تجد متنفسًا فى لهوها وعبثها خارج البيت، ولكننى لم أستطع أن أمشى فى طريقها كما لم أستطع أن أنفصل بوجدانى عن أبى وأم.. ولكنى استجبت لأول طارق طلبنى للزواج وأنا بعد لم أنته من تعليمى الثانوى.. كان يكبرنى بعشرين عامًا.. وأذعنت أمى نظرًا لمكانته الاجتماعية المرموقة وموقفه المادى شديد التميز.. لم أشعر بأى عاطفة نحوه حتى هذه اللحظة.. ورغم انبهاره بجمالى فى بداية زواجنا إلا أنه أهملنى بعد أن أنجبت طفلى الأول.. وهجرنى تمامًا بعد طفلى الثانى.. وكان يظن أن ماله ورحلاتى معه لأوروبا تعوضنى عن افتقاده كرجل.. وأصابتنى كآبة عجزت معها عقاقير الأطباء النفسيين.. وكانت حالتى تسوء.. أكثر فى الأيام القليلة التى تسبق موعد الدورة الشهرية؛ حيث يمتزج اكتئابى بقلق حاد يجعل حياتى عذابًا..

وبدون أن أفهم وجدتنى تحت تأثير رغب قهرية تعاورنى من وقت لآخر لأسرق أى شيء من أى إنسان ومن أى مكان.. كانت تلك هى اللحظات الوحيدة التى يهدأ فيها قلقى وتخف حدة اكتئابى.. ولكنه كان تحسنًا زائفًا لساعات كتأثير الخمر التى سرعان ما يختفى مفعولها المهدى للقلق مع تطايرها من المخ..

لم أكن أشعر بأى تأنيب لضميرى بعد كل مرة، كان وجدانى متبلدًا.. سرقت حوالى عشرين أو ثلاثين مرة ولكننى لا أتذكر ماذا سرقت ولا أين تلك الأشياء التى سرقتها..

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وقالت السيدة التى حاولت أن تسرق زجاجة العطر من بيت صديقتها:

قد لا تصدق أننى لم أعرف عن تفاصيل العلاقة الجنسية بين الزوجين إلا فى اليوم السابق على زفافى حيث تطوعت إحدى خالاتى بتزويدى بهذه المعلومات. لأنه كان من المستحيل أن تقوم أمى بهذا الدور. لأنها ظلت على مدى عشرين عامًا لا تتناول موضوع الجنس معى إلا بعينيها اللتين كانتا تنقلان لى التحذير والترهيب من مجرد مناقشة هذا الموضوع فى ذهنى أو مجرد تصوره فى خيالى.. إنه الإثم بعينه.. لو تجرأ عقلى وطرح الموضوع بالفكرة أو بالصورة.. فما بالك بالتمنى والرغبات.. ولذا ماتت كل أحاسيسى فى الليلة الأولى وعلى مدى عشر سنوات حتى الآن..

نشأت فى بيت أب من أغنياء جنوب مصر الذى سلمنى إلى ابن أخيه. فلم أشعر أن حياتى تغيرت كثيرًا بانتقالى من بيت الأب إلى بيت الزواج. بالرغم من السنوات التى قضاها الزوج فى أوروبا للحصول على أعلى درجة جامعية.. أخذته منى كتبه ومراجعه وأخذنى منه تبلد مشاعرى.. لم أنعم منه إلا باسمه اللامع، كما لم أنعم من والدى إلا بماله بعد وفاته.. وعشت فى فراغ لم يبدده قضاء معظم وقتى مع صديقاتى.. ورغم تفوقى عليهن مالاً وجمالاً ومكانة إلا أننى كنت أشعر أننى الأدنى فى أنوثتى والتى وأدتها أمى وكثف زوجى فوقها التراب.. حتى زوجة البواب كنت

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أشعر بتفوقها عليّ. . ولهذا كنت أبالغ فى مظهرى وأبالغ فى كبريائى الذى كان يفقدنى أحيانًا كثيرًا من الناس . .

أحسست أن حياتى خاوية من المعنى والهدف فلازمنى الاكتئاب الذى أدى إلى تكسير معنوياتى . . وبلا سبب مفهوم لى أصبحت تراودنى رغبة ملحة فى سرقة أى شيء من عند أى صديقة أزور بيتها . . تلك كانت اللحظات الوحيدة التى أشعر فيها بالإثارة . . إثارة تنتشر فى كل أجزاء جسدى فأشعر بنشوة لذيذة منعشة أعود بعدها إلى بيتى لأنام نومًا هادئًا عميقًا . . ولم أفكر فى أن أمتنع عن ذلك السلوك المهين حتى لا أحرم نفسى من تلك الأحاسيس . . ففجأة أشعر بالتوتر يهز كل خلية فى جسدى . . وحين تمتد يدى لتسرق أشعر بالنشوة تتدفق رويدًا رويدًا حتى أصاب برعشة شديدة تنتهى فى ثوانٍ أهدأ بعدها . .

القاسم المشترك بين الحالات الثلاث هو الحرمان . . الحرمان من التوصل الإنسانى بأى من أشكاله الفكرية أو الوجدانية أو الجسدية . ولهذا عانت هذه الحالات من الاكتئاب . . وتجيء السرقة لتهز النفس أو الجسد وتزحزح الاكتئاب الجاثم على نفسى للحظات كشهاب من نارو يبدد ظلام الكون لثوانٍ . ويحرق من يلامسه ثم يحرق نفسه .

❀❀❀

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

بأظافرى.. أمزق وجهى..!!

أعرف أن مظهر وجهى قد أصبح منفرًا :

وأعرف أن سبب ذلك هو أظافرى التى تنهش جلد وجهى بلا رحمة . . نعم أظافرى أنا . .

ولكن . . ماذا أفعل وقد فشلت فى إيقاف أصابعى عن هذا العدوان على وجهى!

إنها جريمة أرتكبها . . ولن ينقذنى من نفسى إلا : الطبيب النفسى!!

** هذه الحالة تمثل صورة من صور إيذاء الذات . . عداء الإنسان لنفسه . . عدوانه على جسده لتشويهه . . مستخدمًا يده وأظافره فى خدش جلده حتى تدميه وتحدث جروحًا تترك آثارًا قد لا تمحى . .

وتمتد الأصابع للشعر فتنتزعه من جذوره تاركة مساحات جرداء فى الرأس كمن أصابه صلع مبكر أو أصابه مرض أدى إلى تساقط شعره . .

** يتألم الإنسان لهذه الفتاة الجميلة ذات الخد المشوه ويتصور أن اعتداء وحشيًا وقع عليها من يد آثمة أغمدت أظافرها فى جلدها . . ويندهش غير مصدق أن هذه اليد هى يدها هى . . كل

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فتاة فى عمرها أو أى امرأة فى أى عمر يقلقها شكلها ومظهرها وتحرص على أن تبدو فى أكمل وأجمل صورة وتتألم إلى حد الحسرة إذا أصابها ما يجرح جمالها . . وتبذل جهدًا فى أن تعالج وتدارى عيوبًا وخاصة إذا كان الأمر يتعلق بجلدها . . ولكن هذه الفتاة عامدة متعمدة تسىء إلى هذا الجلد وفى أبرز مكان تقع عليه عيون الناس .

يتألم الإنسان أيضًا ويتعاطف مع هذه الفتاة الجميلة الصغيرة التى بدأ شعرها فى التساقط فى هذه السن الغضة فظهرت مساحات فى رأسها تشبه صلع الرجال . . يتصورها الإنسان بائسة وباكية على مستقبلها الذى ضاع . . فما أهم شعر الإنسان ومدى تأثيره على الشكل .

ويندهش غير مصدق أن يدها هى قد تحولت إلى مقص طائش تملكه الانتقام فراح ينتزع الشعر بلا هواده أو رحمة .

تقول الفتاة فى محاولة لوصف حالتها . . من الصعب أن أصف لك كيف أشعر قبل أن تمتد يدى إلى رأسى . . إنها حالة من القهر لا أستطيع مقاومتها . . رغبة عارمة تتملكنى لأرفع يدى إلى هذا الجزء من رأسى لأعريه من شعره . . تتوتر يدى . . تتشابك الأصابع فى ضغط متبادل وكأنها تقاوم شيئًا . . وكأنها تضغط على شىء تحتويه لتحطيمه . . وتدريجيًا تتخاذل فتتباعد مستسلمة . . وفى نفس الوقت أحس بأشياء غريبة فى تلك المنطقة من رأسى . . شىء

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

يسرى تحت الجلد فيقلق جذور شعرى وأكاد أحس بكل شعرة على حدة . . يتركز كل الإحساس فى هذه المنطقة وتتحرك مشاعرى تجاهها وكأنها تنادى أو تستغيث فتهرع يدى إليها . . وعند هذه اللحظة ينصرف وعيى عنها . . وبدون إرادة أو فهم انتزع شعرة شعرة . تتحرك أصابعى بمهارة لتلتقط كل شعرة على حدة . . ولكن أصابعى لا تستسلم وتلجأ إلى العنف لنزعها ، ترفعها . . ثم تبسطها أمام عينى فأشعر بالارتياح . . وتتعاون الأصابع فى لف الشعرة حول أحدها وكأنها وقعت فى أسر لا فكاك ثم يرفعونها لأسنانى لتقضمها أو لأنفى لتشمها .

وتعاود الأصابع نشاطها مرة تلو مرة حتى تهدأ نفسى . . أو حين أحس بألم شديد فى هذه المنطقة من الرأس التى انتزع معظم ما فيه من الشعر مرة واحدة .

تسألنى ، ألا أخاف أن أفقد كل شعرى بهذه الطريقة . . أجيبك : إننى لا أفكر فى هذا كثيراً . إننى أحاول تغطيته أو ألبس باروكة أحياناً وإذا كنت خائفة حقاً لما كررت هذا الأمر مئات المرات حتى فقدت نصف شعرى كما ترى . . أقول لك إنها رغبة عارمة قهرية تدفعنى دفعًا إلى انتزاع شعرى . . إذا قاومتها أشعر بقلق وغيظ ولا تهدأ نفسى إلا بعد أن أشعر بالألم فى رأسى . . بعد أن أنزع أكبر قدر من الشعر .

لا أستطيع أن أقرأ أو أكتب إلا وأصابعى تمارس هوايتها فى شعرى . . وحين أتأهب للنوم . . وحين أكون وحيدة . . وحين

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

يسرح خيالى بعيدًا وتستولى على أحلام اليقظة . . وحين أشعر بالغيظ من إنسان . . أجلس حزينة مهمومة لسبب ما أو بدون سبب . . تنبهنى أمى فأتوقف . . دهشتها تحولت إلى قلق ثم إلى غضب وأصبحت متفرغة لمراقبتى بين أصابعى وبين شعرى .

البعض قد ينزع شعر الحاجب أو الرموش أو الشارب . .

الحالة قد تصيب الأطفال أيضًا . . والتحليل النفسى يرى أن عدوان الطفل تجاه نفسه هو أساسًا عدوان موجه إلى الأب والأم لإهمالهما له . . وقد تمتد يده إلى شعر طفل آخر يريد نزعه . . وهنا تجتمع المازوخية والسادية .

بعض الحالات تظهر فى مرض الفصام الاضطهادى . . ولكن فى معظم الحالات لا يوجد مرض عقلى . . وإنما تظهر الحالة فى شخصية تتسم بالعجز والاعتمادية تعانى صراعات نفسية ناشئة عن عجزها فى التعامل مع الناس والتكيف مع الواقع ومواجهة المشاكل والمواقف الصعبة . . والصراع أيضًا بسبب عدم قدرتها على الاستقلال العاطفى . . فهناك الرغبة فى الاستقلال وعدم القدرة عليه فى نفس الوقت .

البعض يرى أن نزع الشعر يحقق لذة نتيجة للألم المصاحب فالصراعات التى تعانى منها الحالة تدور حول موضع الجنس والإحساس بالذنب المصاحب له .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

نعود مرة أخرى إلى تفحص مشاعر هذه الفتاة والغوص فى أعماقها . . ماذا تفعل بنفسها . . ؟ إنها تعتدى على نفسها . . وهذا يعنى أنها تشعر بالعداء تجاه نفسها . . هذا العداء يولد لديها الرغبة فى الاعتداء . . وهو اعتداء جسيم يهدد جمالها . . نسترجع كلماتها فنجدها تقول إنها لا تستطيع مقاومة هذه الرغبة . . وأنها حين تنزع شعرها تكون غير واعية . . ثم تهدأ مع كل شعرة تنتزعها . . ثم تقول فى النهاية إنها لا تشعر بالأسىَ حتى بعد أن فقدت شعرها وهنا تبرز عدة أسئلة : هل معقول أن يناصب الإنسان نفسه العداء . . ؟ هل يمكن أن يعتدى الإنسان على نفسه بهذه القوة فيشوه شكله . . ؟ إذا تفحصنا بدقة سنجد أن هذه الفتاة تحب نفسها ، أو بمعنى أدق لا تحب إلا نفسها . . أى إن هناك حباً شديداً للذات لا يسمح بأى مشاعر تجاه الآخرين وذلك ما يعرف «بالنرجسية» .

من هو الإنسان النرجسى . . ؟ الإنسان النرجسى هو الذى لم تتح له فرصة أن يحب الآخرين . . وذلك لأن الآخرين لم يقدموا أى حب . . إن ذلك يرجع إلى مرحلة مبكرة من العمر . . فى الطفولة . . حين تعرضت مشاعر الطفل وعواطفه إلى الإيذاء . . فعواطف الطفل تجاه الآخرين تتكون من خلال عواطفهم نحوه . . فهو يحب أن يتلقى الحب أولاً . . الحب غير المشروط . . ويجىء هذا الحب فى صورة الاهتمام والترحيب به . . ويجب أن يدعم هذا باستمرار ليتأكد من هذا الحب . . فإذا شعر بالاطمئنان

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فإنه يبادلهم الحب حتى يضمن استمرار عطائهم . . وبذلك يشعر بذاته كيانًا مستقلاً يأخذ ويعطى فى علاقة تبادلية عادلة . . يأخذ حبّاً ويعطى حبّاً . . والحب معناه أنه لن يتعرض للإيذاء . . لن تجرح مشاعره . . وبذلك لن يحتاج إلى أن يأخذ موقفًا دفاعيّاً يشعر معه بالتهديد المستمر . . إذا تعرض الطفل للإهمال العاطفى وجرحت مشاعره شعر بالتهديد . . ولهذا يجب أن يدافع باستمرار وتوجيه كل طاقات الحب نحو نفسه . . وكأنه يقول : إذا لم تحبونى فإننى سوف أحب نفسى . . واستطرد يقول : لو أحببت شخصًا آخر فإن ذلك سوف يعرضنى للإيذاء . . ولهذا فلن أحب أحدًا إلا نفسى . . هذه النرجسية مع ما تحمله من حب لنفسه فقط فإنها تعنى أيضًا أنه يحمل مشاعر العداء ضد المجتمع . مشاعر العداء التى تولد رغبة التحطيم . . ولأنه لا يستطيع ذلك فإنه يوجه هذا العداء إلى نفسه . . إيذاؤه ولذاته هو رمز لرغبته الدفينة فى تحطيم الآخرين . . يا أيها الآخرون كما عانيت منكم . . عانيت صدكم وإهمالكم . . عانيت جحودكم وجمود عواطفكم . . تركتمونى وحيدًا عاريًا تلسعنى برودة شتاء حياتى المستمر . . تجمدت خطواتى ولم أستطع حتى أن أحبو نحوكم . . فجلست لحالى أرعاها وأغدق عليها حبّاً يواسيها . . حبّاً كنت أدخره لكم . . ولكن الويل لكم . . فبقدر حبى لنفسى بقدر كراهيتى لكم . . لكم العداء ولنفسى السلام . . وهذه نفسى أحطمها أمامكم لتعرفوا مدى فظاعة عدائى لكم ورغبتى فى تحطيمكم . . ذاتى أقسو عليها . . أؤذيها . . أشوهها

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

رمزاً ومعنى لرغبتى المكبوتة فى إيذائكم جميعًا . . انظروا إلىَّ حتى تعرفوا ما أعانيه بسببكم وما أتمنى أن أفعله بكم . . انظروا إلى يدى وهى تنزع شعرى فأشعر بالألم فأستمر حتى يتم التشويه فتهدأ نفسى لأننى حققت رغبتى فى الانتقام منكم ممثلين فى نفسى . .

إذا أرهفنا السمع سنجد أنها وهى تنزع شعرها توجه نداء . . تستصرخ من أجل الاهتمام . . من أجل التعاطف . . من أجل أن تبادلهم ويبادلوها حبا بحب . .

قالت:

أشعر بالرعب حين يغضب منى . . أتصور أنه سيتركنى ولا يعود . . حين يغضب لانشغاله أعتقد أنه سئم لقائى . . حين ألقاه فأجده متحفظًا لا يبدى فرحة لرؤيتى ترتعد مشاعرى خشية ذبول حبه لى .

أعيش فى قلق مستمر يزداد حدة مع كل لقاء وكل فراق . . بعد أن يمضى أحس بالسأم تجاه كل شىء . . تثور أعصابى فيهرب الجميع من أمامى . . تتملكنى رغبة فى أن أعبث بوجهى . . أنظر إلى أصابعى فأجد آثار دماء فتزداد رغبتى إلى المزيد من وجهى . . أمنع نفسى حتى أحتفظ بجمال وجهى له . . ولكن حين تكتئب نفسى بشدة لا أستطيع أن أقاوم وأستمر فى إيذاء وجهى بدون وعى . . هذه الحالة تتكرر فى كل مرة نفترق فيها .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

قالت:

هل تتصور وأنا ففى العشرين من عمرى أعيش مع أخت لى تصغرنى بثلاث سنوات بمفردنا . . أمى تركتنا ونحن أطفال لتلحق برجل آخر . . عشنا مع أبى وهو كاره للدنيا وكاره لنا . . تزوج وطلق ثم تزوج وطلق وتصور فى النهاية أننا وراء سبب عدم استقراره فقرر هجرتنا منذ عامين إلى بلد بعيد ليجمع مالاً ويرسل لنا منه الكثير . . انتقلنا من بيتنا إلى بيت الجدة ثم إلى بيت العم ثم إلى بيتنا نعيش بمفردنا أنا وشقيقتى . . لم يهتم بنا أحد . ولم يفزع أقرباء الدم خشية أن نسىء استغلال حرية لم نسع إليها . . وأسأنا استغلالها . . أرسلت إلى والدى أخبره أننى سأتزوج وجاء رده متأخرًا بالرفض بعد أن كنت قد تزوجت . . سئمت حياتى وكرهت نفسى وازدادت كراهيتى لأبى وازددت حنقًا على أمى . . إنسانة وحيدة أشعر بالشفقة تجاهها هى أختى التى انزلقت أخيرًا إلى نفس طريقى .

ومشكلتى الآن كما تراها على وجهى . . وأنا نصف نائمة لا أرحم وجهى من أظافرى التى أتعمد إطالتها . . لقد تشوه وجهى تمامًا وجراح التجميل رفض مساعدتى إلا بعد أن أعالج نفسياً .

قالت:

رقم (٦) يشير إلى ترتيبى بين أشقائى وشقيقاتى . . ست أناث وثلاثة ذكور . . ولأن الحمل كان ثقيلاً قرر والدى بعد ولادتى بشهر أن أعيش مع جدتى وخالى الأعزب . . تزوج خالى وماتت جدتى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

فانتقلت وأنا فى السادسة للحياة مع إحدى خالاتى التى حرمت من نعمة الأطفال. . وأنا فى العاشرة قرر والدى فجأة أن أنتقل معهم. . لم يرحب بى إخوتى وأخواتى. . ولمست بروداً فى مشاعر أمى التى لم أشعر يوماً أنها أمى. . أصابنى القيء لمدة أسبوع كامل حار فيه الطب. . وأخيراً نصح طبيب بعودتى إلى بيت خالتى فتوقف القيء.

كان القيء يعاودنى فقط حين يجيء والدى لزيارتى فى بيت خالتى وأتوجس أنه قد يتنزعنى مرة أخرى منها. . سافر زوج خالتى فى إعارة، وكان على خالتى أن تلحق به، وكان علىّ أن أعود إلى بيتى. . أى بيت أمى وأبى. . منذ ذلك الحين وكنت فى الرابعة عشرة من عمرى وحتى اليوم وأنا فى الخامسة والعشرين لم تتوقف أصابعى يوماً عن العبث فى وجهى حتى الإدماء. . وكما ترى فإن وجهى أصيب بتشوهات لا خلاص منها ولا رجعة عنها. . تنتابنى الحالة كلما جلست وحيدة. . عزائى فى وحدتى عبث أصابعى فى وجهى. . وحين لا أفعل أشعر بالاختناق. .

ثلاثة نماذج لحالة إيذاء الذات عن طريق «تجريح الوجه» والخط المشترك بينها هو افتقاد الحب أو الشعور بالتهديد بفقد الحب. وجذور الحالة ترجع إلى مرحلة الطفولة. . وهى لا تختلف فى مضمونها. هناك تشابه فى المضمون فى حالة «فقدان الشهية العصبى» وحالة «السمنة». . والجسد هنا هو ضحية الوجدان المضطرب. . جسد المريض نفسه هو الهدف القريب الذى يصوب ناحيته نيران العداء بغية تحطيمه. . ولكن فى الواقع ليس الهدف

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الحقيقى . . بل هو بديل الهدف المقصود بهذا العدوان . والمشكلة تبدأ حين لم تلب الاحتياجات النفسية للطفل . . فكبت مشاعره ولكن ظل هناك صراع يحوم حولها فى عقله الباطن . . حين كبر وتعرض لإحباطات مشابهة تململت جراحه القديمة وتضاعفت صراعاته واشتعلت أعصابه بقلق عصابى أحدث توترًا لا يهدأ إلا إذا انتزع شعره أو جرح وجهه أو أكل بشراهة أو امتنع تمامًا عن الطعام .

فكيف يكون العلاج؟

العلاج يبدأ بأن نبحث عن الجذور العميقة لاحتياجات هذا الإنسان التى أحبطت . . نبحث عن أسباب الإحباط والصراعات التى عاشها وكبتها . . العلاج فى أن نكشف الغطاء وننظر إلى الداخل . . لو ساعدنا المريض على أن يرى أعماقه فهذه هى بداية الطريق . . البداية فى أن يتكون لديه وعى بالأسباب التى تختفى وراء هذا العرض . . فى أن يعرف أنه يعتدى على ذاته إنه إنسان محب لعدم إشباع رغباته واحتياجاته الأساسية فعاش وهو يغلى من الداخل بصراعات سببت له قلقًا .

والعلاج لا يهدف إلى إزالة القلق ولكنه يهدف إلى تقوية دفاعات المريض ضد القلق . أى أن يقوى على السيطرة . . العلاج يهدف إلى ترتيب مقابلات للإنسان مع ذاته فتحدث مواجهة واقعية تضمن للإنسان الرؤية الصحية لهذا الواقع وبالتالى يبدأ فى تكوين دفاعات صحيحة وصحية . . وبذلك يستطيع الإنسان أن يسيطر على قلقه ويصفى صراعاته ويحقق تكيفًا مجزيًا له يشبع احتياجاته الوجدانية .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

طبق الطعام: إغراء لا يقاوم!

أنا ضعيفة أمام طبق الطعام!

إنه ينادينى . . سواء كنت جائعة أولا أشعر بالجوع.

كل ما فى الأمر أن مقاومتى تنهار أمام طبق الطعام . . وهكذا أقبل عليه وألتهمه.

هذه هى مشكلتى التى حاولت مراراً أن أحلها . . وفشلت . . وأخيراً . . قالوا لى إن بداية العلاج ستكون فى العيادة النفسية!!

بقدر ما يمتلك مريض «فقدان الشهية العصبى» من إرادة وقدرة على الامتناع عن الطعام، فإن مريض السمنة يفتقد مثل هذه الإرادة . . تذهب السيدة البدينة إلى الطبيب لكى يضع لها رجيمًا غذائياً، وتلح عليه فى أن يكون قاسيًا . . وتتناول العديد من الأدوية لتساعدها على خفض وزنها . . ويتحقق لها بعض ما أرادت . . وينخفض وزنها تدريجياً.

ولكنها فجأة تفسد كل شىء وتلتهم فى مرة واحدة كميات هائلة من الطعام، ثم تهمل لفترة هذا الريجيم ويزداد وزنها مرة أخرى . . ثم تعود للطبيب آسفة ومتبرمة من وزنها راجية مرة أخرى وواعدة بأن تلتزم هذه المرة.

تتكرر هذه اللعبة عشرات المرات حتى تيأس لا من الرجيم، ولكن من نفسها . . وتعترف بأنها لا تستطيع أن تقاوم رغبتها

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

العارمة فى الطعام وخاصة أصنافًا معينة معروف أنها تسهم فى زيادة الوزن.

بعد عدة محاولات من الطبيب المختص بمثل هذه الحالات يقوم بتحويلها للطبيب النفسى.. وتبدى السيدة أو الفتاة تعجبها.. فما علاقة الطب النفسى بالسمنة.

ولقد أكدت الأبحاث أن الإنسانة البدينة تتمتع بسمات نفسية خاصة. وأن الزيادة فى الوزن تحدث نتيجة لعوامل نفسية.. ومن هنا تأتى مقاومة المريضة لخفض وزنها.. فبالرغم من أنها تظهر إخلاصًا ونية صادقة، إلا أن كل شىء ينهار فجأة.. ومن النادر أن تنجح إنسانة بدينة فى خفض وزنها رغم ضيقها وتبرمها من شكلها..

قد تنجح أحيانًا ويصل وزنها إلى حد معقول: وتنتظم فى التزامها بنظام غذائى معين. ولكن فجأة أيضًا تخل إخلالاً شديدًا بهذا النظام، فتأكل ما تريد بنهم شديد.

ومعظم البدينات يؤكدن ويقسمن أنهن يأكلن أقل القليل، وبالرغم من ذلك يزداد وزنهن.. ولكن الحقيقة غير ذلك. فالمشكلة دائمًا هى فقدان السيطرة التامة وعدم القدرة على مقاومة الرغبة العارمة فى الطعام.. إنه ضعف إرادة كامل أمام الطعام.

ونعود إلى مريض فقدان الشهية العصبى فنراه يتمتع بإرادة حديدية أمام الطعام.. بينما مريض السمنة ليست له إرادة أمام الطعام.

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

المريض الأول: يبغى المحافظة.. ولهذا يمتنع عن الطعام..

والسؤال هنا: ماذا يبغى مريض السمنة إذن؟

الإجابة: إنه لايبغى شيئًا، ولكن الواضح أن السمنة ربما تحقق له توازنًا نفسياً يحتاج إليه، أو تحميه من انهيار نفسى.. أى أن السمنة تؤدى وظيفة لصاحبها أو لصاحبتها.. ولهذا يتشبث بها رغم أنه يصرخ بعقله الواعى ويعلن بلسانه، أنه يكره شكله البدين ويسعى جدياً للبحث عن وسائل لعلاج سمنته.. ولكنه يفشل.. إذن هناك قوى أخرى تمنعه من تحقيق ما يريه عقله الواعى وما ينطق به لسانه.. هذه القوى موجودة بكل تأكيد فى عقله الباطن.. فى اللاشعور.. قوى تبغى الحفاظ على هذه السمنة من أجل الحفاظ على صاحبها وحمايته من الانهيار النفسى.

وهل يحدث اضطراب نفسى إذا بدأ الرجيم يؤتى ثماره؟

كل الأبحاث أكدت ذلك.. ففى أثناء فترة الرجيم، ومع الانخفاض الملوس فى الوزن، تكتئب المريضة.. تشعر بهبوط فى معنوياتها وفقدان للرغبة وبرود الاهتمامات.. وتشعر أيضًا بحزن لا سبب له..

تقول لى مريضة: فى البداية كنت فرحة لنجاح خطة الرجيم.. انخفض وزنى بشكل سريع غير متوقع.. وجدت استحسانًا وتشجيعًا من الأهل والأصدقاء والطبيب، مما زاد من حماسى وإصرارى.. فرحت أكثر باسترداد إرادتى المسلوبة.. وفجأة

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

داهمنى حزن مخيف.. وكأن الكيلو جرامات التى فقدها جسمى تجمعت وتكومت فوق صدرى.. أزعجنى اختفاء الفرحة.. حاولت أن أستجمع نفسى وأصطنع فرحة كلما وقفت فوق الميزان الذى كان يشير إلى نجاحى، ولكنى كنت أشعر بالتبلد وكأن الأمر لا يعنينى، وأن سيدة أخرى هى التى ينخفض وزنها ويتحسن شكلها.. لم أعد أرى أن وجهى بدأ يسترد جماله الحقيقى الذى كان مختفيًا تحت الشحوم.. بل كنت أراه وقد اكتسى بالغم.. وأحسست أننى أعيش فى فراغ.. كأننى أعيش فى صحراء لا يتحرك فوقها إلا جسدى.. فشعرت بالعزلة.. وانتابتنى شتى المخاوف.. فأدركت أننى عرضت نفسى للضياع.. فاندفعت ولسانى وحلقى.. الجميع اشترك فى مظاهرة حب وترحيب بالطعام.. كأننى قابلت حبيبًا هدنى الشوق إليه.

فتشبثت به لا أريده أن يبتعد عنى.. حينئذ فقط بدأ الهدوء يعود إلى نفسى الحزينة.. ليخفف من حزنها، ويقضى على عزلتها، ويذيب وحدتها.

أنقذنى الطعام من الضياع.

قالت لى مريضة أخرى.

مع كل كيلو جرام أنجح فى زحزحته بعيدًا عن جسدى أشعر بمزيد من الثقة والطمأنينة، وأتطلع بشغف إلى المرآة، وأتمنى أن أغمض عينى ثم أفتحهما وقد عدت رشيقة.. بهية الطلعة.

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وبدأ الحلم يتحول إلى حقيقة واقعة حين اهتزت ملابسى فوق جسدى معلنة أنها لم تعد تصلح لهذا الجسد الذى ابتعد عنها إلى الداخل، تاركًا بينه وبينها مسافة مرئية، تؤكد أن قدرًا كبيرًا من الكيلو جرامات قد تم التخلص منه.

فى هذه اللحظة انتابتنى حالة قلقة عنيفة. . شعرت بالتشبث وعدم القدرة على التركيز. . أصبحت عصبيتى واضحة للجميع. . لم أكن أستطيع الاستقرار فى مكان واحد وأستعصى على النوم.

المؤلم أننى أصبحت عدوانية أعامل الناس بقسوة وجفاء، حتى المقربين إلى نفسى. . المؤلم أكثر أننى شعرت بروح العداء تملأنى ضدهم دون ذنب اقترفوه فى حقى. كدت أنهار. . كاد القلق يحطمنى. . وبحس غريزى عرفت أين الدواء. . فاندفعت بدون روية إلى الطعام، وأكلت كل ما حرمت منه على مدى شهر. . وفى مرة واحدة أكلت من الكم ما أكلته على مدى هذا الشهر. . زال قلقى وكأننى ابتلعت كل المهدئات الموجودة فى العالم.

إذن هذه هى الحالة النفسية التى مر بها مريض السمنة حين ينجح الرجيم الغذائى فى خفض وزنه. . هذه هى الأعراض النفسية التى يشعر بها أثناء اتباعه للرجيم.

الاكتئاب. . القلق. . زيادة العدوان والعداء. . المخاوف. . الاحساس بالوحدة والعزلة والفراغ. . وأحيانًا زيادة الرغبة الجنسية وخاصة عند النساء.

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الطعام كان الدواء الذى أزال الاكتئاب والقلق . . وهذا يقربنا إلى فهم أهمية الطعام بالنسبة للمريض السمنة .

والقصة تبدأ منذ الطفولة . . وربما فى الأيام الأولى بعد الولادة . . فأول علاقة بالأم كانت عن طريق الفم . . وهو بعد لا يدرك ذاته ولا يدرك أنه انتقل من الرحم إلى العالم الخارجى تحركت شفتاه بحثًا عن ثدى أمه . . تتحرك الرئتان فى البداية لاستنشاق أول نسمة هواء . . ثم تتحرك الحنجرة لإصدار أول صرخة بكاء احتفالاً بنفسه لمجيئه . . ثم بعد ذلك تتحرك الشفتان . . وربما يجىء تحركهما استجابة لحركة داخلية غير مرئية من معدته . . وحين يلتقط الثدى بشفتيه يكف عن البكاء . . ثم إذا بكى بعد ذلك تحرك الثدى نحو فمه ليجده جاهزاً لاستقباله . . ويصبح الطعام بذلك أحد العوامل الرئيسية والأولية التى تشكل العلاقة العاطفية بين الأم والطفل . . ويحتل الطعام مركزًا مهـمّاً فى إزالة التوتر عند الطفل . . ويصبح أحد وسائل مكافأته لتأكيد سلوكه الحسن . . وفى كل المواقف التى يعانى منها الطفل لأى سبب، يكون الطعام هو الوسيلة لإزالة المعاناة . . ومع الوقت لا يستطيع الطفل أن يفرق بين حالة الجوع وبين الحالات الوجدانية المختلفة . . ففى كلتا الحالتين يجد أمامه الطعام . . الطعام لإزالة جوعه، والطعام لمعالجة الحالة الوجدانية التى يمر بها . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وبعد ذلك حين يكبر وحين يشعر بالخوف أو الاكتئاب أو الإثارة، يصبح هو الوسيلة لتهدئة هذه المشاعر . . بينما المفروض أن يكون الاحتياج التلقائى هو الاتصال الإنسانى . . وبذلك يحل الطعام محل الاتصال الإنسانى لتخفيف مشاعر الخوف والاكتئاب والإثارة . . التلبية الوجدانية تصبح عن طريق الطعام . . بينما المفروض أن يكون دور الطعام هو تلبية أحاسيس الجوع .

ذلك تؤكده لى المريضة حين تقول :

تزداد شراهتى حين أشعر بالاكتئاب . . حين تضطرب مشاعرى باليأس فيمتلكها . . فيحجب عنى الأمل فى أى شىء حتى أزهد الأمل ذاته ثم أنكر وجوده . . فتتراخى كل أجزاء جسدى إلا معدتى التى تموء وتتلوى . . فآكل فلا أشعر بشبع فأظل آكل وآكل . . يعبر الطعام من فمى إلى حلقى إلى معدتى دون أن أشعر بأى تذوق . . فلا أحد يتذوق الدواء وإنما يقذفه من فمه .

وربما كان سبب عدم قدرتى على التذوق هو أننى لا أكون فى حالة وعيى الكاملة . . إذن تلذذى لا يكون من فمى . . وإنما من معدتى حين تمتلئ وتمتلئ، وكأن مركز مقاومة الاكتئاب قد انتقل إلى معدتى .

وتقول لى مريضة أخرى :

أعيش فى بيت يزخر بأفراده . . أعمل فى مكان يشبه خلية النحل . . ولكننى أشعر بالوحدة . . فأنطلق إلى نادٍ يختنق

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

بأعضائه . . لكن يتأكد إحساسى بالوحدة . . فأشعر كأن شيئًا يزأر داخلى . . شيئًا يقرص معدتى فأشعر بألم لا يهدئه إلا الطعام . . ومن عجب أن آلامى حين تختفى يبتعد عنى الإحساس المرير بالوحدة، وكأننى وجدت فى الطعام صديقًا ودودًا يؤنس وحدتى . . أشعر به كائن يقيم حوارا معى .

تقول سيدة أخرى :

حين أصطدم فأثور . . حين تنزل أخبار سيئة على سمعى، فتثقل رأسى وترهق نفسى . . حين تتوتر أعصابى انتظارًا وتحفزًا . . حين تهتز الأرض تحت أقدامى فتنعدم ثقتى بنفسى . . فى هذه الأحوال لا يهدأ من ثورتى وقلقى وإرهاقى إلا الطعام الذى أحقنه كمخدر لأعصابى، وكأن معدتى أصبحت المركز الذى يسيطر على الجهاز العصبى .

الطعام فى هذه الحالات كان علاجًا وتهدئة لآلام الاكتئاب والوحدة والإثارة .

كيف اكتسب الطعام هذا الدور؟

كيف ارتبط بالاضطرابات الوجدانية التى قد يمر بها الإنسان وأصبح أسلوبًا للتعامل مع هذه الاضطرابات .

لعل هذا الارتباط موجود على مستوى العقل الباطن . . ارتباط تكون فى مرحلة مبكرة من العمر . . وأكدته الأم فى علاقتها بطفلها . . تلك العلاقة التى كانت محكومة بقلق الأم وعدم

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

إحساسها بالاطمئنان، ونوازعها النرجسية التى دفعتها إلى إطعام طفلها ليصبح فى حالة تشعر فيها بالفخر وتمتدح من أجلها . .

وحين يكبر الطفل يصبح الطعام وزيادة الوزن يمثلان دفاعه الحصين ضد مشاعر الاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة وحالات الإثارة .

ولذا تصبح كل محاولة لتخفيض الوزن بمثابة تحطيم لهذه الدفاعات مما يعرضه للكآبة والقلق .

والتحليل النفسى يرجع السمنة والإفراط فى الطعام إلى صدمة فى المرحلة الفمية حين كان الطفل يتعامل مع العالم ويدركه من خلال فمه . . حين كانت اللذة لا تأتيه إلا من الفم . . إذا تعرض الطفل لصدمة فى هذه المرحلة فى صورة إهمال ونبذ وحرمان أو حتى فى صورة إرضاء زائد عن الحد، فإن هذا الطفل يتثبت عند هذه المرحلة . . أى يقف نموه النفسى عند المرحلة الفمية . . ويظل يتعامل ويتفاعل مع العالم من خلال فمه، ولا يستشعر أى لذة أو أى طمأنينة إلا من خلال فمه . . يصبح ما يلوكه الفم من طعام هو مصدر احتياجاته النفسية، وتصبح السمنة هى رمز القوة التى تحميه من الآخرين .

هناك تحليل آخر وهو أن مريض السمنة يعانى من خوف لا شعورى من إقامة علاقات اجتماعية . . إنه يخشى الناس، ولذا يريد أن يتحاشاهم . . ولذلك فإن السمنة تبعده عن الناس، وتبعد الناس عنه .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وعلى مستوى أعمق من ذلك، فهناك رغبة فى تحاشى الجنس الآخر بالذات وعدم الرغبة والخوف من إقامة علاقة جنسية معه . . وهنا يأتى دور السمنة فى إعاقة قيام هذه العلاقة .

ولقد أجريت دراسات عديدة عن شخصية الإنسان البدين . . وكلها أجمعت على أن هذه الشخصية تتمتع بهذه الصفات : حب الذات والعناد وعدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مرضية ومثمرة، وعدم النشاط والسلبية والحساسية الزائدة، وعدم النضج . . ولكنها تتسم بالذكاء المرتفع .

مريضة السمنة تعلم أنها وهى تأكل وتأكل فإنها تزيد الأمور تعقيداً . . إنها تلحق الضرر بنفسها عضوياً بازدياد العبء على القلب، وتتصلب الشرايين، ويرتفع ضغط الدم، وينهك الكبد، وتتآكل المفاصل . . تعلم أن ذلك يزيد من تشويه صورتها فتتعرض للنقد وربما للسخرية ممن تجردت مشاعرهم من الذوق . . تتعلم أن ذلك يزعج أمها ويقلل من فرصه الارتباط العاطفى، أو أن ذلك يضايق زوجها . .

تعلم أنها تسهم فى خلق جو من المشاعر السلبية حولها . . تعلم أن ذلك يضرها فى عملها . . تعلم أن ذلك يفسد علاقاتها الاجتماعية .

ورغم كل ذلك فإنها تأكل وتأكل . . وكأن إحساسها تبلد ليأسها من استخدام إرادتها . . قد يشعر من يحيطون بها بالألم من

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أجلها والشفقة عليها، ولكنها لا تشعر بنفس القدر نحو نفسها . . وإذا أظهرت ألـمًا فإنه يكون سطحيّاً، وكأنها تتلذذ تحطيم نفسها وتعذيبها، أو بتعذيب من يهمهم أمرها كالأم أو الحبيب أو الزوج .

إنه انتحار لا شعورى . . وفى هذه الحالة يكون المريض محتاجا إلى من يحميه من نفسه . . يحميه من تحطيم ذاته .

❀❀❀

www.alkottob.com
تم التحميل من مكتبة

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الجوع.. هو الدواء..!

أخيراً . . انتصرت على جسدى لتبدأ معركتى مع أهلى !

لقد كان جسمى السمين سبب تعاستى .

وعرفت الحل :

الجوع هو الدواء !

وانتصرت فى معركتى . . ونقص وزنى . . لتبدأ معركتى مع أهلى ! !

إنهم يحاولون تدمير حياتى : بالطعام .

وقاومت . . ورفضت . . وابتدأ الصراع . . لينتهى فى عيادة الطبيب النفسى .

بزوايا حادة برزت كل عظام وجهها ، فبدت عيونها غائرة ولكنها تلمع بنظرات تحدٍّ ورفض مسبق . . ورغم تخاذل الكتفين وتقوس الظهر وانسحاب الصدر إلا أنها جلست بكبرياء معتدة بمظهرها الذى حرصت على أناقته .

سأرفض أى دواء تصفه لى فأنا لست مريضة . . أنا سليمة عقلياً وجسدياً . . وأما هذه السيدة (أشارت إلى أمها) فهى التى تحتاج إلى علاج لعقلها . . تريد أن تشوه جسدى بالطعام وأنا لن أسمح بذلك . . تريدنى أن أكون متضخمة مثلها ليسخر الناس منى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وينفروا من شكلى . . لن أحيد عن نظام التغذية الذى قررته لنفسى . . وبفضله وصلت إلى هذا الوزن المثالى . . أموت ولا يزداد وزنى جرامًا واحدًا . . أشعر بسعادة بالغة حين أنظر الآن إلى المرآة . . هكذا يجب أن أكون . . أبدو رشيقة متناسقة . . إذا كنت ترى غير ذلك فهذه مشكلتك . . هكذا أشعر بالوفاق مع نفسى . . هكذا تهدأ نفسى . . كنت من قبل أكره نفسى وأشمئز من جسدى . . كنت أخجل منه . . أتوارى عن الناس . . وقتها حقاً كنت محتاجة لمساعدة من طبيب نفسى . . ما أسوأ أن يكره الإنسان جسده . . ما أسوأ أن تمشى وتتحرك وروحك يحتويها جسد يثير نفورك . . وكانت عيون الناس تحمل كل المعانى المخجلة . . كان جسدى يقف حاجزًا بينى وبين الناس . . كان يمنع عنى حبهم واهتمامهم . . تظن أننى كنت أخشى النفور الجنسى من الشباب . . كلا وبكل صدق . . إن هذا الأمر لا يعنينى بالمرة .

أنا الآن راضية عن نفسى . . مشكلتى الوحيدة هى أمى . . تحاول أن تهدم كل ما بذل من جهد . . تريدنى أن أحشو معدتى بالطعام كما تفعل هى ليزداد وزنى . . إننى أعتبرها عدوتى لأنها تريد قتلى بمحاولاتها المستميتة معى . لقد كرهت جسدى حين كنت أنظر إليها ، فأرى بطنها متدلية على مسافة منها . . كنت أموت غيظًا وقلقًا حينما أرى سيدة تسبقها بطنها .

وكنت وما زلت أعجب كيف تقبل إنسانة الحياة وهى على هذه الصورة . . لكى يحب إنسان الحياة يجب أولاً أن يحب نفسه . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

ولكى يحب نفسه يجب أن يرضى عن شكله . . يجب أن يقبل جسده الذى يحمل أفكاره ومشاعره . . بدون المرآة فإنك تكون علاقة مع جسدك . . تراه وتشعر به وتحدد موقفك منه . . إنه مرسوم فى عقلك ولهذا فإنك تراه وتدركه فى كل لحظة . . فإما أن تقبله وترضى عنه . . وإما أن تكرهه وتود الخلاص منه .

يكفينى ما أتناوله الآن من طعام . . أمى تراه غير كاف . . وأنت تراه مهلكًا ولا يكفى طفلاً رضيعًا . . أنت ترانى نحيفةً إلى الحد الذى يهددنى بالأمراض . . وأنا أشعر بنفسى ممتلئة طاقة وحيوية . . أنت ترانى دميمة لنحافتى وأنا أرى نفسى جميلة لرشاقتى . . والأهم يا سيدى هو كيف أرى أنا نفسى . . إنه جسدى أنا وليس جسدك أو جسد أمى . . إنه قرارى لا قرار أمى . . محاولات أمى سأقابلها بالعنف ويكفى ما نالنى منها . . ومحاولاتك ستبوء بالفشل لأنى لن أزيد من طعامى ولن أتناول أى دواء .

هى فتاة جامعية فى العشرين من عمرها . . جاءت بها أمها إلى العيادة النفسية بعد محاولات استمرت شهوراً . . امتنعت عن الطعام تقريبًا منذ أكثر من عام . . انخفض وزنها من ٦٥كجم إلى ٣٨كجم فى خلال هذا العام ، فصارت كمومياء اكتست عظامها بطبقة من الجلد . .

الحالة بدأت بتذمرها من وزنها الزائد . . أصبحت تكثر من النظر فى المرآة . . مزقت كل صورها . . بحثت بإصرار عن صورة

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

طفولتها . . هالها سمنتها الزائدة وهى طفلة . . ومن هنا بدأت توجه عدوانها تجاه أمها واتهمتها بأنها أفرطت فى إطعامها وهى طفلة حتى صارت بهذا الحجم . . أصبحت لا تكف عن مهاجمة أمها . ولأول مرة بدأت تتفوه بألفاظ جارحة وبشكل علنى أصبحت تنتقد أمها بسبب سمنتها . . ثم بدأت تمتنع عن الطعام . . لم تحاول استشارة طبيب أو اتباع نظام معروف لخفض الوزن وإنما توقفت عن الطعام تمامًا إلا من الماء وقليل من عصير الفواكه .

وانزعجت الأسرة لهذا القرار المفاجئ وفشلت كل محاولاتهم معها لإقناعها بخطورة ذلك على صحتها . . ومع الانخفاض السريع فى وزنها انقطعت الدورة الشهرية تمامًا . . ورغم الانخفاض الحاد فى وزنها إلا أنها كانت كثيرة الحركة والنشاط . . بل إن نشاطها قد زاد عن ذى قبل . . والشىء المثير للدهشة أنها كانت من وقت لآخر تندفع لتلتهم كميات كبيرة من الطعام، ولكن سرعان ما تفرغ كل محتويات معدتها بدفع إصبعها فى حلقها لتتقيأ ما أكلته .

ربما زاد قلق أسرتها أنها أدمنت تناول العقاقير المسهلة لكى تسرع من خفض وزنها . وساءت العلاقة بينها وبين أمها بوجه خاص، وكأنها كانت تتحدى أمها وتعاقبها بسلوكها هكذا . .

أصبحت عنيدة إلى حد الشراسة . . تتمادى فى طلباتها وتصمم على الحصول على كل ما تريد حتى وإن أرهق ذلك أسرتها . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وكانت ثورتها عنيفة إذا حدث تلكؤ فى الاستجابة لطلباتها المبالغ فيها . . أصبح هناك صراع دائم بينها وبين أمها يدور حول الطعام . .

●●●

** هذه الفتاة تعانى من حالة تعرف فى الطب النفسى باسم «فقدان الشهية العصبى» .

والحالة ليست فقدانًا للشهية بقدر ما هى رفض للطعام . . فهى تشعر بآلام الجوع ولكنها بإصرار قوى مثير للدهشة تمتنع تمامًا عن الطعام إلا من كميات ضئيلة للغاية غالبًا ما تكون فى صورة سوائل . .

وقد يكون وزنها معقولاً، ولكنها ترى نفسها سمينة . . إذن فى صورتها عن إدراكها ومفهومها لصورة جسمها . . أى أن هناك خللاً فى صورتها عن نفسها . . صورة مستقرها المخ . . الإنسان يرى نفسه من خلال هذه الصورة المرسومة فى المخ . . فهكذا ترى هى نفسها . . ولهذا فهناك اختبار يجرى فى مثل هذه الحالات يؤكد هذا المعنى وهو أن نطلب من المريض أن يرسم نفسه . . فإذا بالصورة التى يرسمها لنفسه تأتى أكبر من حجمه الحقيقى . . وهذا يوضح كيف يرى هو نفسه . . إنه يراها أكبر من حجمه الحقيقى . . وبالتالى فحسب تصوره هذا فإنه يرغب فى تخفيض وزنه .

كيف نصنف هذه الحالة؟ هل هى مرض نفسى أم مرض عقلى؟ إلى الآن لا يوجد اتفاق . . فبعض العلماء يرى أن فقدان الشهية

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

العصبى هو عرض هستيرى . . والبعض يراه عرضًا لاكتئاب . . وفريق ثالث يعتقد أنها حالة عقلية تعالج مثلما يعالج مرض الفصام .

بعض الأبحاث العضوية أكدت وجود خلل فى منطقة معينة فى المخ تعرف باسم «الهيبوثلاموس» . . وبعض الباحثين وجدوا خللاً فى الغدد التى تفرز الهرمونات . . ولكن يعتقد أن ذلك يحدث من أثر الامتناع عن الطعام . . ومن العلامات المميزة والمصاحبة لهذه الحالة انقطاع الدورة الشهرية وظهور الشعر فى أماكن غير معتادة فى الجسم .

ونسبة حدوث هذه الحالة فى الفتيات أكثر بكثير من حدوثها فى الذكور . . وهى عادة تظهر فى سن المراهقة أو بعدها بقليل . . ولكنها لا تصيب البالغين أو كبار السن .

التحليل النفسى له وجهة نظر فى مثل هذه الحالات . . السمنة معناها الحمل . . والحمل ينشأ عن علاقة جنسية . . إذن هذه الحالة تظهر نتيجة لخوف لا شعورى من العلاقة الجنسية .

العلاقة الجنسية تشكل تهديداً فظيعًا بالألم والإصابة والتشويه . . كما أن هذه العلاقة تمثل الخطيئة والإثم . . إذن فهى علاقة محاطة بالصراعات . . ولأنها تؤدى إلى الحمل الذى يجعل الأنثى تبدو فى حجم متضخم وخاصة فى منطقة البطن . . فإن نفورها ينمو وينتقل إلى خوف من السمنة . . ومحاولاتها لتخفيض

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وزنها هو درء الخطر والشبهة عن نفسها . . إذا أصبحت نحيلة فهذا يؤكد أنها ليست حاملاً، وأنها لم تتعرض لتلك العلاقة مع الأم بالذات . . فالأم هى التى تحمل . . وهذا الحمل يؤكد حدوث تلك العلاقة الجنسية . . إذن الأم تذكرها باستمرار بأن هذا يمكن أو يحدث لها . . فإذا دفعتها أمها لتناول الطعام فإن هذا يعنى أن أمها تريد أن تعرضها لنفس المصير .

وبعض الحالات يصاحبها عرض غريب . . فبينما تمتنع المريضة عن الطعام فإنها تجبر أمها على تناول الطعام، وخاصة الأصناف التى تسبب السمنة وكأنها بذلك تعاقب أمها .

المثير للدهشة فى مثل هذه الحالات النادرة هو تلك القدرة الفائقة للمريضة على الامتناع عن الطعام شبه الكامل لمدة طويلة . وهذا ما لا يقدر عليه أى إنسان سوى نفسيّاً وعقليّاً . . ومعنى الإنسان السوى أنه يتمتع بالإرادة . . بالقدرة على اتخاذ موقف . . بالقدرة على السيطرة . . بالقدرة على المثابرة والاستمرارية . . إلى متى يستطيع هذا الإنسان السوى أن يمتنع عن الطعام لمدة طويلة؟ إن ذلك نراه فقط فى حالات الإضراب عن الطعام من أجل الدفاع عن مبدأ أو احتجاج ضد ظلم وقع على الإنسان ولا يملك أى وسيلة أخرى للدفاع أو الاحتجاج . .

إذن الإيمان بمبدأ أو فكرة . . والنضال من أجل الحق، وضد الظلم، يجعل إرادة الإنسان من حديد . . يجعله يطيق ما لا يحتمل

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

من عذاب وإن هدد ذلك حياته . . إنها تلك الشحنة العاطفية التى تتوهج داخل الإنسان، ليؤكد أنه إنسان صاحب مبدأ . . بذلك يؤكد أنه إنسان . . بذلك يعلو كثيراً فوق غرائزه المادية الملحة فى كل لحظة . . لا شىء يطفئ الغرائز أكثر من عاطفة قوية . . فالإيمان حالة وجدانية يتولد عنها طاقة تشكل إرادة الإنسان وتجعله قادراً على استخدامها فى أقوى صورها وإلى حد السيطرة التامة على الطاقات البيولوجية . .

إذن الغلبة للوجدان عند الإنسان المؤمن . . والهزيمة التامة تكون للغرائز . . هنا يسعد الإنسان بروعة الإحساس بذاته والإحساس بفاعليته وأنه صاحب موقف لا يلين ولا يحيد عنه .

هل هذا يحدث أيضًا فى تلك الحالة المرضية؟

لو تأملنا سلوك مريض فقدان الشهية العصبى نرى أنه اتخذ موقفًا . . موقفًا يتسم بالصلابة التامة . . لا يحيد ولا يتزحزح عنه . . إنه صراع من أجل السيطرة استطاع أن يحقق فيه انتصاراً . . إنه جهد لا يلين من أجل النحافة . . وتحقق له ما أراد . . وبذلك تحقق له الإحساس بالذات والإحساس بالفاعلية . . وأنه استطاع أن يسيطر على أكثر الغرائز إلحاحًا وقوة . .

هل هذا يحدث أيضًا فى تلك الحالة المرضية؟

لو تأملنا سلوك مريض فقدان الشهية العصبى نرى أنه اتخذ موقفًا . . موقفًا يتسم بالصلابة التامة. لا يحيد ولا يتزحزح عنه . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

إنه صراع من أجل السيطرة استطاع أن يحقق فيه انتصاراً . . من أين له هذه القوة وهو المريض . . ؟

لعل ذلك يكشف عن مدى أهمية وتأثير صورة الجسم المختزنة فى المخ ، وعن مدى ارتباط هذه الصورة بوجدان الإنسان . . الطبيعى أن تكون هذه الصورة المرسومة بالداخل مطابقة للواقع . . أى تكون الصورة التى تراها عيون الناس هى نفس الصورة التى تراها أنت بالمرآة ، وتكون مطابقة للصورة المرسومة فى الداخل . . وبذلك يكون إدراكك للواقع سليمًا . . أى أنك مرتبط بالواقع . . وهذا دليل السلامة العقلية . .

قد تكون غير سعيد بهذه الصورة كما فى حالة السمنة الزائدة أو النحافة الزائدة أو الطول الشديد أو القصر الشديد . . وقد تحاول أن تعدل فى شكل جسمك -إذا أمكن ذلك- ولكن سلوكك سيكون داخل الإطار الطبيعى نظرًا لارتباطك بالواقع . . فإذا أردت تخفيض وزنك نظرًا للسمنة فإنك ستتوقف عند حد معين . . وستدرك أنت هذا الحد بشكله الحقيقى الذى يدركه الناس . .

أما فى حالة فقدان الشهية العصبى فإن الأمر يكون مختلفًا . . فهناك عدم إدراك للواقع نظرًا للخلل الذى أصاب الصورة الداخلية ، والتى تتضخم أكثر من الحقيقة .

إذن هناك انفصال بين الحقيقة أو الواقع ، وبين صورة الجسم المرسومة فى المخ . . وذلك يؤدى إلى الانفصال عن الواقع . . فإذا

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

وقف أمام المرآة ليرسم نفسه جاءت الصورة متضخمة أكبر من الحقيقة، لأنه رسم الصورة الداخلية وليس الصورة الحقيقية التى يعكسها على سطح المرآة.. وهنا تتولد تلك الشحنة العاطفية الهائلة لتخلق صراعًا من أجل السيطرة على شهوة الطعام.. فيرفض الطعام.. أى أنه أخذ موقفًا.. والإصرار على الموقف يحتاج إلى إرادة.. إرادة التحمل، وإرادة الاستمرار من أجل تحقيق الهدف.

هذا معناه أن مريض فقدان الشهية العصبى يسعى من أجل الإحساس بالذات، ومن أجل الإحساس بالفاعلية من خلال جهد لا يلين من أجل النحافة.. ويظل يذوى.. وقد يموت من شدة الضعف ولكنه لا يلين ولا يتراجع.. تمامًا مثل الذى يدافع عن مبدأ أو يحتج بالاضطراب عن الطعام.. كلاهما له صورة.. كلاهما له هدف.. كلاهما تحرك وجدانه ليشكل إرادته.. كلاهما لا يثنيه حتى الموت عن تحقيق هدفه.. ولكن.. أحدهما بطل والآخر مريض.. أو فلنطلق عليه المريض البطل.. ولنطلق على الحالة البطولة المرضية إن جاز هذا التعبير!

❀❀❀

تم التحميل من مكتبتى

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أنفى الكبير.. يسد طريق حياتى!

فى حياة كل إنسان . . مشكلة تعذبه .

وفى حياتى مشكلة عجيبة . . تسد كل الطرق أمامى . . وتحيطنى بدائرة من العذاب .

إنها أنفى الكبير .

إنها عذابى الذى تلاحقه العيون .

ولذلك قررت أن أدخل غرفة العمليات لأستريح من هذا العذاب .

ولكن . . بأمر الجراح . . ذهبت إلى الطبيب النفسى . . لتبدأ هذه الرحلة مع أنفى الذى يعطل حياتى ! !

•••

** لا أفهم لماذا أرسلنى جراح التجميل إليك .

طلب منى أن أرى طبيبًا نفسيًا قبل أن يوافق على إجراء جراحة التجميل فى وجهى . . وحين رفضت زيارتك هددنى بعدم إجراء الجراحة . . أجىء إليك وأنا غير مقتنع . . موافقته على إجراء الجراحة مرهونة بموافقتك، وأنا لا أدرى ما علاقة الطب النفسى بمشكلة أنفى .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

تسألنى عن مشكلتى!! وأنا أجيبك بأن مشكلتى ليست لها علاقة بتخصصك . . اهتماماتك هى مشاكل النفس، وأنا مشكلتى فى أنفى . . فكما ترى فإن أنفى كبير . . هناك عدم تناسق بين حجم أنفى وحجم وجهى . . ولذا فأنا أريد جراحة لتصغير حجم الأنف . .

جراح التجميل غير مقتنع . . يؤكد لى أن حجم أنفى طبيعى وأن وجهى متناسق وأنه لا ضرورة للجراحة . وحين واجه إصرارى حولنى إليك . . وأنا أريد حكمك العادل . . انظر إلى وجهى . . انظر إلى هذا الأنف الغليظ المتضخم الذى التهم نصف مساحة وجهى . . أنظر كيف أبدو دميما قبيحا . . أنت تجاملنى ولا تريد أن تظهر اشمئزازك من قبح وجهى . . ولكن هذا الاشمئزاز أراه فى عيون كل الناس . . فى كل مكان أذهب إليه أرى كل العيون تعلقت بوجهى . . أدير وجهى فتفاجئنى نظراتهم من اتجاه آخر . . أصد نظراتهم برفع يدى لتحجب أنفى وأسفل وجهى . . فتتحول نظراتهم إلى سخرية . . أهرع إلى أماكن لا يعرفنى فيها أحد . . ولكن من اللحظة الأولى يكتشفون مدى قبح وجهى . . لم أعد أحتمل . . حياتى أصبحت جحيمًا . . لازمنى الشعور بالكآبة . . توقفت عن دراستى . . لم أعد أستطيع التركيز . . لن أفعل أى شىء فى حياتى إلا بعد أن تجروا لى الجراحة . .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الجراحة أو الموت . . الموت أهون من أن أعيش قبيح الوجه . . الموت أهون من نظرات الاشمئزاز والسخرية . الحياة لم يعد لها طعم . . لم أعد أستمتع بأى شىء . . ما جدوى حياة تعيشها بوجه قبيح . . ما معنى حياة تعيشها وأنت محاصر بالعيون . . لقد فقدت قدرتى على رؤية وجوه الناس . . كل الوجوه تحولت إلى عيون . . صدقنى إن الناس تحولوا إلى عيون . . أمامى وخلفى وعلى كل جانب . . عيون . . عيون . .

وحين أقرر الهروب وأعتزل الناس فى بيتى تحاصرنى عيونى أنا . . لا أترك المرآة لحظة . . لا أستطيع مقاومة الابتعاد عن المرآة . . وضعت مرآة فى كل مكان فى البيت . . وفى حقيبتى أيضًا مرآة . . وحين تجهد عيناى أتحسس أنفى بيدى . . أصابعى أصبحت قادرة على الرؤية . . بل إننى أستطيع أن أرى أنفى وأنا مغمض العينين . . أراها غليظة منتفخة تتوسط وجهًا أصبح كريه الطلعة .

أموت غيظًا وحنقًا حين تؤكد لى أمى أن أنفى طبيعى بل إنه صغير الحجم . . لعلها ملت من كثرة سؤالى . . حين أراها أمامى أطلب منها أن تنظر إلى وجهى وأن تقول لى كم يبدو مشوهًا بهذه الأنف العجيب .

أصدقائى أيضًا يؤكدون كلام أمى . . إنهم يرون أن أنفى متناسق تمامًا مع وجهى . . يا لهم من كاذبين . . ذهبت إلى أكثر من جراح تجميل . . رفضوا جميعًا إجراء العملية . . يرونه أنفًا طبيعيًا .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

لا شك أنهم خائفون من نتائج العملية ولهذا يكذبون . . آخر جـراح أرسلنى إليك . . وأنا الآن أطلب رأيك . . إذا لم تكتب تقـريرًا بالموافـقـة على إجـراء الجـراحـة فلن يكون أمـامى إلا أحـد أمرين : إما أن أحاول أن أجرى الجراحة بنفسى أو أن أقتل نفسى . .

إذا كنت حقًا طبيبًا نفسيًا فارحمنى . . أرجوك أن تقدر مدى عذابى .

أريد أن أشعر أننى طبيعى مثل كل الناس . . أريد أن أرضى عن وجـهى . . أريد أن أحب وجـهى . . إننى أكـره هذا الوجـه . . وأصـبـحت أكـره صـاحـبـه . . هل تفـهـم مـعنى أن تكره جـزءًا من جسدك . . هل تفهم معنى أن تكره نفسك . . هل تفـهـم معنى أن ترفع رأسك إلى السماء فى كل وقت غاضبًا متسائلا : لماذا خلقت هكذا . . لماذا أنا بالذات . . أى ذنب اقترفته حتى أستحق كل هذا العذاب .

هل تقـبـل أن تعـيش مع إنسـان تكرهه؟ مـا بالك إذن أن تكون كارهـا لنفسك . . كـيف تعيش مع نفسك وأنت تكرههـا . . كـيف يعيش إنسان وهو رافض لجزء من جسده؟

لكى يقبل إنسان أن يستمر فى الحياة لا بد أن يكون راضيًا عن جسده الذى يعيش ويتحرك به . . قد تقول لى كما قال غيرك من قبل إن روح الإنسان أهم من الشكل . . ولكننى أختلف معك ومع

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

كل الناس . . المهم فى البداية هو الشكل . . بشكلك تقترب من الناس ويقتربون منك وبذلك تنشأ معهم علاقة . . الناس يقبلون أو يرفضون بشكلك أولاً . . فإذا رفضوا شكلك رفضوا كل شيء منك . . وإلا لماذا خلق الله لنا عيوبًا . . خلقها لنا لنرى الشكل . . لنرى الجسد . . خلق لنا الأذنين لنسمع الأصوات ونقول إن هذا صوت جميل وهذا صوت قبيح . . إنك تضع أصابعك فى أذنيك لتحميهما من الصوت القبيح . . وكذلك تفعل العيون حين ترى منظرًا قبيحًا .

سوف تتحمل وزر موتى إذا لم تكتب لى التقرير بالموافقة .

حاول أن تسمعنى قبل أن أكتب لك التقرير . . ولا تحاول أن تقاطعنى حتى وإن لم تتفق معى . . فأنا أعرف مقدمًا أنك لن تقتنع فالمشكلة أنه لا يوجد عندك استبصار . . أى أنك غير مستبصر بطبيعة حالتك وأصلها . . لو كان عندك استبصار لاقتنعت بكلام أمك وأصدقائك وبكلام جراحى التجميل . . أنت تراهم جميعًا كاذبين لأنهم يرون أنفك طبيعياً . . إذن فأنت ترى أنفك بشكل مختلف . . كلهم وأنا معهم متفقون على شيء واحد ، وهو أن أنفك طبيعى . . وهذه هى المشكلة . . والسبب فيها أنك لا ترى أنفك بعينيك ، وإنما تراها بمخك الذى أصابه الاضطراب . . لو كنت تراه بعينيك لرأيته طبيعياً مثلما نراه نحن . . أنت تعانى من حالة نفسية اسمها «اختلال الشكل» .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

والعرض الأساسى فى هذا المرض هو أن فكرة خاطئة تسيطر عليك وتقتنع بها اقتناعًا راسخًا . . فكرة تتعلق بشكلك . . أى تتعلق بجسدك ترى أن جزءًا منه له شكل غير طبيعى . . أى أنه إحساس بالقبح . . أنت فقط الذى ترى ذلك . . ولذا نقول عنها «فكرة خاطئة» لأن أحدًا لا يشاركك فيها . . ومهما حاولوا إقناعك بخطئك فلن تقتنع . . تصديقك للفكرة راسخ . . بعد ذلك تشعر أن الآخرين يلحظون هذا القبح . . ولذلك يسيطر عليك الإحساس بالكآبة . . لدمامتك وأن الناس يلاحقونك بنظراتهم .

وهناك كثيرون يعانون من مثل حالتك . وكل يختار جزءا يشكو منه . . الشفاه الغليظة أو الشفاه الرقيقة . . الذقن المدببة أو العريضة أو الطويلة أو القصيرة . . الحواجب المرتفعة أو المنخفضة أو المنفرجة . . أحدهم يرى أن يده اليمنى أقصر من اليد اليسرى ، أو أن له رجلاً أطول من رجل . . أو أن له ذراعًا أغلظ من ذراع . . فأقوم بإحضار مقياس وأثبت له التساوى بين يديه أو ذراعيه أو ساقيه . . ولكنه يكذب المقياس . . ويكذب عيون كل الناس بما فيهم الأطباء المحايدون . . لا يصدق إلا نفسه . . يمد يده أمامى على المكتب ويطلب منى أن أنظر بإمعان . . فإذا لم أوافقه اتهمنى إما بالكذب أو بعدم الدقة فى الملاحظة . . وجميعهم يطالبون بجراحة تجميلية لإصلاح القبح .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

أعقد الحالات حين تكون المشكلة تتعلق بالأعضاء التناسلية . . أى يرى الخلل فى شكل هذه الأعضاء . . ويطالب أيضًا بجراحة لإصلاح هذا التشوه المزعوم . . وأيضًا يهدد مثلك بأنه سيقوم بإجراء الجراحة بنفسه لنفسه .

وتتوقف الحياة عند هذه المشكلة . . تصبح قضيته ليل نهار . . ينام ويصحو على الفكرة المسيطرة . . يهجر عمله أو دراسته . . يخرج من عيادة طبيب لعيادة طبيب آخر . . يلاحق أفراد أسرته أو أصدقائه بالأسئلة . . ونادرًا ما يدرك أحد أن هناك مشكلة نفسية . .

فى بعض الحالات قد يكون هناك اختلاف ضئيل لا يذكر أو لا يلحظ فى حجم شكل جزء من جسمه، ولكن حجم انشغاله لا يتناسب مع هذا الخلل . . فمعظم الناس لديهم عيوب فى الشكل .

وليس كل الناس يتمتعون بجمال الشكل أو بالتناسق الكامل أو بالجاذبية . . بل إن بعض الناس يكون حظهم فى الشكل متواضعًا إلى حد كبير . . ولكن كل إنسان طبيعى يألف شكله ويقبله . . كل إنسان راضٍ عن شكله مهما كان هذا الشكل . . كل إنسان يحب شكله ويجد من يحبونه بشكله هذا .

إذا تطلع إنسان إلى المرآة فإنه لا يتفحص تفاصيل وجهه . . لا ينظر إلى كل جزء على حدة، لا ينظر إلى النسب بين مكونات وجهه . . إنه يرى وجهه وحدة واحدة . . يراه ككل وليس كأجزاء

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

متفرقة . . وفى الحقيقة أنه لا يرى فقط وإنما يرى نفسه ككل . . يرى وجهه مرتبطًا بجسده حتى وإن لم يظهر جسده فى المرآة . . يرى وجهه مرتبطًا بمعنى اللحظة التى يعيشها ، كما يراه مرتبطًا بمعنى كل اللحظات السابقة فى عمره . . يرى وجهه مرتبطًا بكل عمره . . بمعنى أنه يرى وجوده كإنسان . .

والإنسان فى حقيقته جسد ونفس ملتحمان أو ذائبان فى كيان أو تكوين واحد . . والنفس هى الفكر والعاطفة . . ومن تفاعل هذا الكيان مع اللحظة ينبثق المعنى . . والمعنى هو تأكيد للحياة والوجود . . فالإنسان يدرك حياته ويدرك وجوده من خلال المعنى . . هذه هى قضيته الأولى . . لذا فهو حين ينظر إلى المرآة فإن إدراكه يصل إلى أبعد من الأنف والشفاه والذقن والحاجبين . . إنه يدرك معنى وجوده من الوجه ككل واتصاله ببقية جسده والتحامه مع نفسه .

إذن لا يوجد إدراك منفصل للجسد . . كما لا يوجد إدراك منفصل للنفس . . بل هناك إدراك للإنسان . . ولكن ليس إدراكًا مجردًا . . بل هو إدراك للمعنى . . معنى اللحظة . . واللحظة متصلة بملايين اللحظات السابقة . . ولأنه عاش كل لحظات عمره بكل هذا الكيان الماثل أمامه فى المرآة (جسدًا ونفسًا) لذلك تكون هناك ألفة ومحبة مع هذا الكيان . . ألفة ومحبة تكونت خلال رحلة العمر منذ أن وعى أن له جسدًا ونفسًا . . ولذا فإنه إذا كان أنفه كبيرًا حقاً فإنه يراه كبيرًا وليس غريبًا ، كما أنه لا يستطيع أن يرفض هذا الأنف الكبير . . كما أنه لا يطلب تغييره أو تصغيره . . بل إن الفكرة

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

تفزعه . . فهذا الأنف الكبير بدأ الرحلة مع كل هذا الكيان (جسداً ونفساً) فنشأ الانسجام وحدثت الألفة فذاب مع الكيان . . والقبول هنا للكيان ككل . . ولا يمكن أن يقبل البعض ويرفض الآخر . . ولذلك فهو يراه أنفًا كبيراً ولكن لا يدركه كبيراً والفرق كبير بين الرؤية والإدراك . . الرؤية هى شىء مجرد يتم عن طريق العينين . . أما الإدراك فهو المعنى . . الإحساس .

والمعنى حالة عقلية داخلية تتم عن طريق الفكر والوجدان . .

إذن حالتك هى خلل فى الإدراك نشأ عن اضطراب الفكر والوجدان . .

تبدأ عادة الحالة فى سن المراهقة أو بعدها وخاصة بعد حدوث التغيرات الفسيولوجية المتلاحقة فى فترة المراهقة . . هذه التغيرات تكون مفاجئة وسريعة ومتلاحقة ومترتبطة بالجنس، ودور الإنسان فى المجتمع وعلاقته بالجنس الآخر . . موقف المجتمع نفسه يتغير تجاه المراهق . . وبذلك يتعرض لهزة عنيفة وخاصة أن النمو الجسدى يسبق النمو النفسى فى تلك المرحلة من العمر .

الحالة تبدأ تدريجيّاً وقد يسبقها أو يصاحب بدايتها اختلال الآنية واختلال الواقع . . الحالة عادة تصيب مرتفعى الذكاء . . تصيب الانطوائى الخجول الحساس المحب للتأمل، خاصة المتأمل لذاتهم، من ليس له اهتمامات اجتماعية، فهو منصرف لنفسه ينشد الكمال : الكمال فى مظهره وأيضًا فى دراسته أو فى عمله . . وقد يكون

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

موسوسًا دقيقًا وأيضًا مترددًا . . المشكلة فى الإصرار على الجراحة . . وإذا أخطأ الجراح ووافق المريض وأجرى له الجراحة التى يريدها، فإن الحالة تسوء أكثر . . فالجراحة قد غيرت فى شكل العضو ولكنها لم تغير فى إدراك المريض . . فلذا فإن المريض يعود ويطالب بجراحة أخرى . . وربما يطالب بجراحة لتعيد الوضع الأول الذى كان عليه وذلك يؤكد غياب الاستبصار الناشئ عن خلل الإدراك، نتيجة لاضطراب التفكير والوجدان .

هذه الحالة قد تأتى مستقلة، تعتبر مرضًا مستقلاً . . وقد تكون مجرد عرض لمرض آخر، وخاصة مرض الفصام «الشيزوفرينيا» . .

** وكما أن الإنسان يقبل شكله كما هو، فإنه يدرك ويقبل الآخرين بنفس الطريقة . . الإنسان يقبل ويدرك إنسانًا آخر كمعنى مرتبط بمعنى وجوده هو نفسه . . لذا فإن مشاعر الحب والكراهية لا تعتمد إطلاقًا على الشكل . . حتى فى الحالات التى يشعر فيها إنسان أنه أحب إنسانًا آخر من أول نظرة . . فإن مشاعر الحب هذه ليست مرتبطة بالشكل . . ولكن الذى حدث أن هذا الشكل ارتبط بمعنى محبب مختزن فى ذاكرته . . وحين رأى هذا الشكل ثارت لديه مشاعر الحب المختزنة، والمرتبطة بهذا المعنى المرتبط بهذا الشكل . . أنا أحبك هنا معناها أننى حين رأيتك أدركت المعنى الصادر عنك . . معنى أحببته قبل أن أراك . . وجئت أنت فجسدت هذا المعنى .

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

قالت له فى دلال غاضب :

إنك لم تلحظ فستانى الجديد رغم أننى أحرص أن تكون عيناك أول من تريان كل فستان جديد أشتريه .

قال بابتسامة حانية : حقيقة لم أره ولكننى أدركت معانى . .

قالت باستغراب : وهل للفساتين معان؟

قال : بكل تأكيد . . فأنت التى اخترته بإحساسك حين وجدته ملائمًا متناسقًا جميلاً على جسدك . . وحين لبسته تحول إلى معنى جميل لم يكن ليكتسبه لو رأيته منفصلا عنك .

سألته : وما المعنى الذى يجسده فستانى؟

أجاب : المعنى هو جمال إحساسك .

❀❀❀

www.alkottob.com

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

المؤلف في سطور

الدكتور عادل صادق

- أستاذ الطب النفسى والأعصاب بكلية الطب - جامعة عين شمس .
- دكتوراه الطب النفسى .
- زميل الكلية الملكية للأطباء النفسيين بلندن .
- زميل الجمعية الأمريكية للطب النفسى .
- سكرتير عام الجمعية المصرية - الفرنسية للطب النفسى .
- عضو مجلس إدارة الجمعية المصرية للطب النفسى .
- عضو الاتحاد العالمى للطب النفسى .
- مستشار الجمعية المصرية - الأمريكية للطب النفسى .
- رئيس تحرير مجلة «تحديث الطب النفسى» .
- ممتحن خارجى فى جامعة لندن .
- حاصل على جائزة الدولة فى تبسيط العلوم عام ١٩٩٠ .
- صاحب أكثر من مائة بحث علمى منشور فى المجلات العلمية المحلية والعالمية .

www.alkotob.com
www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

- صدر له ٢٥ كتابًا فى الطب النفسى .

- تخرج على يديه مئات الأطباء النفسيين الحاصلة على الماجستير والدكتوراه والذين يعملون فى مصر والبلدان العربية وجميع أنحاء العالم .

❀❀❀

www.alkottob.com

www.alkottob.com

http://www.maktbtna2211.com

الفهرس

الموضوع	الصفحة
كارثة: والسبب حرمان الأرملة من الزواج	٣
مجهول ينافسنى فى حب زوجتى!	١٧
إذا لم يتزوجنى سأقتله	٣٣
نيران تذيب ثلوج الحياة الزوجية	٤٦
الكل يقول: إنه زوجى وأنا أقول: إنه رجل غريب!	٥٦
فى بيتنا لص..!	٦٧
بأظافرى... أمزق وجهى..!	٨٢
طبق الطعام: إغراء لا يقاوم..!	٩٢
الجوع.. هو الدواء..!	١٠٣
أنفى الكبير.. يسد طريق حياتى..!	١١٣

تم التحميل من مكتبتى
www.alkottob.com

www.alkottob.com